

domingo, junio 11, 2023

Lo último: Apure: Dos personas mueren por



Destacado Sucesos

Gobernación y Clínica de Ojos realizaron pesquisa oftalmológica en niños y adolescentes de Sinamaica

11/06/2023 Sistema La Tercera Voz 0

- INICIO
- POLÍTICA
- SUCESOS
- INTERNACIONALES
- DISTRITO CAPITAL
- ZULIA
- DEPORTES
- CULTURA
- ECONOMÍA

OPINIÓN

- TECNOLOGÍA
- FARÁNDULA
- SALUD Y BIENESTAR
- ENTREVISTAS
- DENUNCIA CIUDADANA
- PODCAST



Deportes

Juan Carlos Unzué: "Si los políticos no reaccionan ante una enfermedad como la ELA es que les falta humanidad"

11/06/2023 LA TERCERA VOZ 0 comentarios



Lo mas Viral



HOME > PACIENTES

AVANCES EN EL ABORDAJE DE LOS PACIENTES

Los retos de la investigación en ELA: una correcta caracterización y la atención en la fase final

La situación de los pacientes con esclerosis lateral amiotrófica (ELA) ha mejorado enormemente en las últimas dos décadas, pero queda mucho campo por cubrir



Paciente en silla de ruedas con esclerosis lateral amiotrófica o ELA (Foto: Freepik)
5 min

08.06.2023 - 17:45

Nos despertábamos el pasado viernes, 2 de junio, con la “esperanzadora” noticia de que una investigación en Japón había arrojado resultados positivos para el tratamiento de la **esclerosis lateral amiotrófica (ELA)** con un **fármaco empleado contra la enfermedad de Parkinson**. Su administración retrasaba la progresión de la ELA una media de 27,9 semanas. Un ensayo en fase muy inicial para el que todavía queda mucho camino y muchas pruebas con las que corroborar su eficacia y seguridad, como manifiesta el **Dr. Francisco Javier Rodríguez de Rivera**, coordinador del Grupo de Estudio de Enfermedades Neuromusculares de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y facultativo en el Área de Neurología del Hospital Universitario La Paz.

Este tratamiento consiste en una terapia celular. Un formato que en el caso de la ELA, así como en los casos más investigados de la **ataxia de Friedreich**, “de momento no se ha conseguido que al pasar de animales a humanos sean eficaces y seguros”, recuerda el Dr. Rodríguez de Rivera. Sin embargo, refleja que en los últimos años se está viviendo **una mejora en el abordaje en estos pacientes** y un impulso en la investigación para mejorar su atención.

Más de 500.000 personas en el mundo tienen un diagnóstico de esta patología, como recuerda el informe **‘Observatorio de la ELA 2021’**. En España se trata de **3.088 pacientes**. La esclerosis lateral amiotrófica es una enfermedad neurodegenerativa rápidamente progresiva. Los pacientes pierden gradualmente las neuronas motoras, y con ello ven reducida su capacidad de autonomía motora, la comunicación oral, la deglución y la respiración. En un plazo de 2 a 5 años tras el diagnóstico, fallecen, normalmente por insuficiencia respiratoria.

Dr. Francisco Rodríguez de Rivera: “El paciente ya no está en una situación de abandono total como antes”

Como indica el Dr. Rodríguez de Rivera a **ConSalud.es**, en los últimos 20 años se ha producido una importante mejora en el abordaje de estos pacientes. Con sus palabras: “El paciente ya no está en una situación de abandono total como antes”. Aunque los recursos de atención son desiguales, sí es cierto que cada vez más

Según recoge el informe desarrollado por la Fundación Luzón, en 2021 existían **56 unidades multidisciplinares de atención a pacientes con ELA, 17 consultas monográficas en ocho autonomías y siete Centros, Servicios o Unidades de Referencia (CSUR)** aglutinados en Cataluña, que tiene cuatro; la Comunidad de Madrid, Andalucía y Comunidad Valenciana, cada una con un CSUR en su territorio.

También se cuentan con **cada vez más profesionales** que atienden a estos pacientes. En total, en 2021, habría unos 430 neurólogos, neumólogos, nutricionistas, neurofisiólogos, enfermeros, médicos rehabilitadores, trabajadores sociales, fisioterapeutas, psicólogos, gestores de caso, terapeutas ocupacionales y logopedia que abordan a estos pacientes en una atención integral y multidisciplinar. Una atención que ha mejorado, pero para la que todavía queda mucho por hacer.

LA GENÉTICA EN ELA

En los últimos años se ha avanzado mucho en la caracterización de esta patología. El hallazgo de diferentes mutaciones genéticas asociadas con esta patología está abriendo la puerta a la investigación de tratamientos. “No hace ni diez años que se encontraron las mutaciones genéticas que relacionaba la ELA con el resto de patologías neurodegenerativas”, explica el Dr. Rodríguez de Rivera. En este sentido en los últimos años se ha avanzado mucho e incluso **se ha caracterizado el 30% de las alteraciones genéticas** de los pacientes. Algunas de estas mutaciones identificadas se producen en los **genes SOD1**, que se dan en el 20% de casos de ELA familiar y el 2% de la espontánea, según el informe **‘Genética y ELA’** realizado por la Fundación Luzón y la Fundación Ramón Areces. Otra alteración hallada han sido las expansiones patogénicas de la repetición de un hexanucleótido localizado en el primer intrón del **gen C9orf72** en el cromosoma 9p21, presentes en el 40% de los pacientes con origen familiar y el 4% espontánea.

Se ha caracterizado el 30% de las alteraciones genéticas de los pacientes

El problema es que estos avances no se están traduciendo en tratamientos. Aunque existen distintas investigaciones que han hallado **proteínas involucradas en el desarrollo de esta enfermedad** o que han profundizado en las causas de su aparición, como **pueden ser cambios ligeros en un microARN**, lo cierto es que actualmente la mayoría de moléculas en las que se están trabajando van dirigidas

genéticas que existen. “Meter a todos los pacientes de ELA en el mismo saco solo **nos asegura el fracaso de los ensayos clínicos**”, manifiesta el Dr. Rodríguez de Rivera.

Los fármacos que se han aprobado para el ELA tienen beneficios ínfimos en los actuales pacientes. “Sin la **caracterización e identificación de todas las variantes** existentes es imposible que consigamos un tratamiento efectivo”, incide el experto. Un reto de abordaje que se incrementa con la poca cantidad de pacientes que hay, y al que se suma otro: la respuesta a los pacientes en su fase final.

EL ACOMPAÑAMIENTO EN EL FINAL DE LA VIDA

Con una rápida evolución, y sin tratamientos efectivos, los pacientes llegan en un corto periodo de tiempo a su etapa final. Es cierto que se ha avanzado en los últimos años, como explica el Dr. Francisco Rodríguez de Rivera: “Las Unidades Multidisciplinares han evolucionado en nuestro país mejorando la calidad de vida de los pacientes e incluso la opción de la supervivencia de los pacientes”.

Dr. Rodríguez de Rivera:
“Necesitaríamos una mayor implicación por parte de los Cuidados Paliativos desde las etapas iniciales en las Unidades de ELA”

Sin embargo, falta por mejorar **la atención del final de estos pacientes**. “Necesitaríamos una **mayor implicación por parte de los Cuidados Paliativos** desde las etapas iniciales en las Unidades de ELA”, manifiesta el experto. Experiencias como la del Hospital La Paz han demostrado que esta atención mejora la calidad de vida de estos pacientes, con acompañamiento, atención domiciliaria, hospitalizaciones a medida, que se hacen especialmente preciadas al final de la enfermedad.

Muchas mejoras, pero también muchos retos: la atención de los pacientes sin recursos; la obtención de una cura, o por lo menos de un tratamiento; y la aprobación, paralizada en proceso parlamentario, **de la Ley ELA**, que incluía apartados de ayudas económicas para estos pacientes que, con una media de 40-50 años, ven su vida laboral interrumpidos, sus ingresos monetarios detenidos, y su autonomía desapareciendo progresivamente. Todas ellas, reivindicaciones por las que día a día luchan los pacientes y los familiares que conviven con esta patología.



PUBLICIDAD

Premian a la asociación DaleCandELA por su destacada labor social

Desde 2019, esta entidad sin ánimo de lucro ha recaudado más de 450.000 euros para investigar la ELA



C. Zárate

Getxo | 10-06-23 | 10:02



Jaime Lafita recogió el galardón en Donostia. / DIEGO L.

Perseverar, pelear y superarse, pero siempre disfrutando. Ese es el espíritu que caracteriza a la **asociación sin ánimo de lucro DaleCandELA**, que ha sido premiada por la Sociedad Española de Neurología (SEN) en reconocimiento a su labor social, junto a otras organizaciones y profesionales que han sido galardonadas en los premios de las

modalidades científica y social. Esta organización científica, que desde 1949 tiene como objetivo fomentar el progreso de la Neurología, ha otorgado a DaleCandELA el **Premio Enfermedades Neuromusculares en la categoría social**. El galardón lo **recogió Jaime Lafita**, el alma y promotor de la asociación, en nombre del amplio equipo de colaboradores y amigos que sostienen a DaleCandELA desde su fundación en 2019 en [Getxo](#).

La asociación se puso en marcha cuando Jaime fue diagnosticado de ELA y ha ido creciendo para convertirse en un referente en su ámbito. En la recogida del galardón los representantes de la asociación explicaron que su misión principal es recaudar fondos para la investigación en la lucha contra la ELA, apoyar a quienes la padecen, dar visibilidad a la enfermedad y transmitir valores positivos. Como resultado de toda esta actividad, **DaleCandELA ha conseguido donar, desde sus inicios más de 450.000 euros para la investigación y mejora de la calidad de vida de quienes padecen la enfermedad.**

TEMAS Neurología - Enfermedades - Getxo

CONTENIDO PATROCINADO

Taboola Feed

Si tu eres mayor de 55 años, tienes que jugar. Sin instalación.

Elvenar

Los españoles sin seguro de decesos empiezan a darse cuenta de algo

Encuentra Seguro

Descubre cuánto vale tu coche en solo 30 segundos

Compramostucoche.es

Investigan a un turista acusado de grabar en La Salvaje

Deia

Estas son las estrategias para operar con CFD más populares

eToro

Se filtran los invitados a la boda de Tamara Falcó y Ayuso se enfada

Deia



NEUROLOGÍA

Neurorrehabilitación: La nueva palabra clave para la calidad de vida en los tumores cerebrales

Los tumores cerebrales suponen aproximadamente el 2% de todos los cánceres diagnosticados en adultos y el 15% de los diagnosticados en niños.



Rebeca Gil

09·06·23 | 08:30 | **Actualizado a las 11:49**



Día Internacional de los Tumores Cerebrales / 3D RENDERED MEDICALLY ACCURATE ILLUSTRATION OF THE HUMAN BRAIN AND A TUMOR

PUBLICIDAD

Existen más de **120 tipos de tumores cerebrales** y cada año **se diagnostican** más de **5.000 nuevos casos en España** según datos de la **Sociedad Española de Neurología**

(SEN).

RELACIONADAS

¿Sabes cómo puede influir el estilo de vida en el desarrollo del cáncer de mama?

Los nefrólogos confirman que el trasplante renal con donante vivo da mejor resultado

Además, los especialistas subrayan que, a lo largo de los últimos años, se ha observado como **el número de estos tumores se incrementa** año tras año.

PUBLICIDAD



Entre **las causas de este aumento** desde la SEN señalan dos:

- 1.** Por un lado, la mejora de las técnicas de imagen, que ha permitido perfeccionar su diagnóstico
- 2.** Por otro, el progresivo **envejecimiento** de la población.

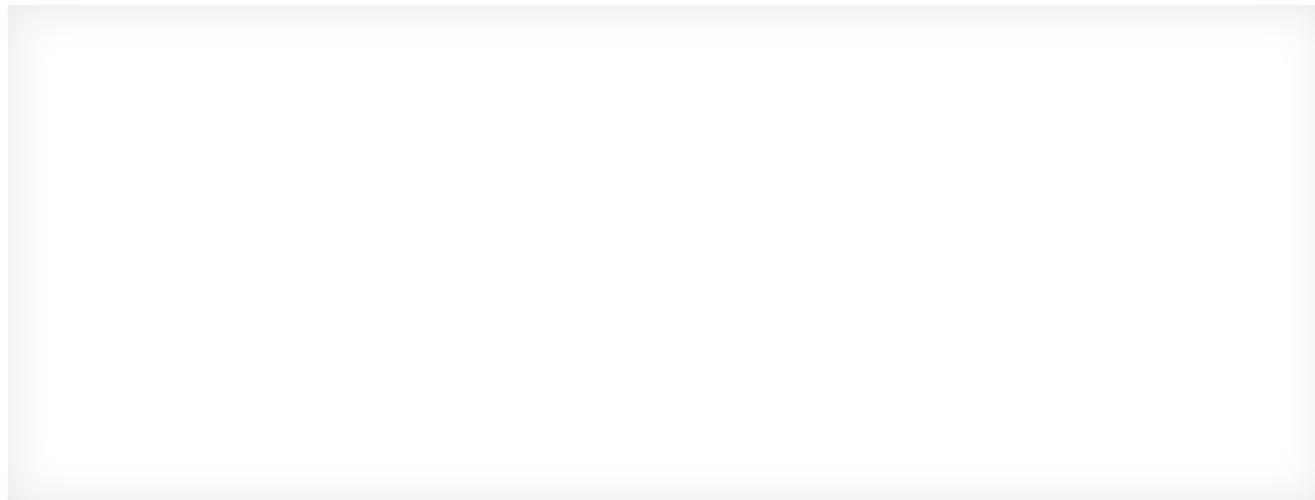
Los tumores cerebrales suponen aproximadamente:

- El 2% de todos los cánceres diagnosticados en adultos
- El 15% de los diagnosticados en niños.

Y este preocupante dato lo convierte, **durante la edad pediátrica, en el segundo tipo de cáncer más detectado** después de la leucemia.

Sin embargo, a pesar de que se trata de **un cáncer frecuente entre los niños**, se ha observado que su incidencia aumenta progresivamente con la edad en los adultos, hasta alcanzar su **máxima incidencia entre la sexta y la séptima década** de la vida.

PUBLICIDAD



Se estima que, en la actualidad, **en España hay alrededor de 20.000 personas que padecen algún tipo de tumor cerebral**, clasificado como:

- **Tumor primario**, aquel que se origina directamente en el cerebro
- O como **tumor metastásico**, originado en otras partes del cuerpo, pero que se ha diseminado al cerebro.

Los tumores cerebrales son uno de los grandes retos de la medicina / FOTO DE NATIONAL CANCER INSTITUTE EN UNSPLASH

Principales señales de la presencia de un tumor cerebral

Aunque, como ya [hemos visto por los datos](#), estamos hablando de tumores que no son muy frecuentes, sí es cierto que cuando aparecen tienen un alto impacto en la vida de las personas que los padecen.

Y el problema es que al estar situados en el cerebro los síntomas que provocan son graves:

- Trastornos del comportamiento.
- Crisis epilépticas.
- Vómitos.
- [Alteraciones visuales](#).
- Fiebre.
- Fatiga.
- Dolores de cabeza.

Además de estos signos, los neurólogos estiman que:

- El 80% de los pacientes con un tumor cerebral sufrirán disfunción cognitiva
- El 78% problemas motores
- El 37% disfunción en el control de esfínteres.

Y como explica la **doctora Berta de Andrés**, Coordinadora de la [Sección de Neurofisioterapia de la Sociedad Española de Neurología](#).

- “Aunque los [principales síntomas asociados al cáncer cerebral](#) dependen de la localización del tumor y de la posible inflamación del mismo, otros estarán relacionados con los efectos secundarios de la neurocirugía, la quimioterapia, la radiación u otros fármacos empleados para su tratamiento. Y todo ello, repercutirá en la autonomía y calidad de vida de la persona que lo sufre”.

Neurorrehabilitación, una esperanza para el paciente con tumor cerebral / FOTO DE IVAN SAMKOV:
[HTTPS://WWW.PEXELS.COM/ES-ES/FOTO/RESFRIADO-SANO-GENTE-MUJER-6436258/](https://www.pexels.com/es-es/foto/resfriado-sano-gente-mujer-6436258/)

Aumento de la supervivencia

La **supervivencia a los cinco años** del diagnóstico ha pasado, en los últimos tiempos, **de un 24% a más del 35%**, según datos actuales de la [Sociedad Americana de Oncología Médica](#).

Además, el tratamiento sistémico han minimizado las secuelas.

Y todo ello se debe a los grandes desarrollos realizados en los últimos tiempos, sobre todo en forma de:

- Avances en los tratamientos locales
- Nuevas técnicas quirúrgicas
- Nuevas técnicas de neuroimagen
- Radioterapia.

En otras palabras, se **ha aumentado la supervivencia más del 10% en términos absolutos**, algo que quizá puede parecer insignificante año a año, pero

- "Si consideramos que cada doce meses se diagnostican en España más de 3.500 casos de estos tumores, el número de pacientes que se beneficia de las mejoras en el tratamiento puede ser muy significativo", explican desde la [Sociedad Española de Oncología Médica](#).

Controlar síntomas para mejorar la calidad de vida

Pero **no solo hablamos de supervivencia o incluso de curación** (en más del 90% de casos de algunos tipos de tumores cerebrales).

Estamos hablando también de intentar conseguir que las personas que los padecen puedan obtener **la mejor calidad de vida posible controlando adecuadamente los síntomas**, explican desde la SEN.

"Puesto que es común que se desarrollen

- **Dificultades en el movimiento**
- **En la orientación espacial**
- **Apraxia**
- **Heminegligencia**
- **Déficits sensoriales,**
- **En el equilibrio**
- **En la coordinación**

os tumores cerebrales suponen aproximadamente el 2% de todos los cánceres diagnosticados en adultos.

Neurorrehabilitación, clave

Por todo lo visto en cuanto a síntomas, se entiende fácil que las últimas investigaciones apuntan a que **el 80% de las personas que sufren un tumor cerebral requieren neurorrehabilitación**", apunta la neuróloga.

- "Sin embargo, tradicionalmente, a estas personas se les ha excluido de los servicios de rehabilitación a pesar de que, cuando hablamos de cáncer en general, se estima que **el ejercicio terapéutico**, tanto tras el diagnóstico como la posterior supervivencia libre de enfermedad, **reduce la mortalidad un 59%**".

Pero, a pesar de que **los estudios científicos cada vez apoyan más la neurorrehabilitación que trate el deterioro funcional y/o la disfunción** relacionada con los tratamientos oncológicos, según el último trabajo realizado en 2022, las personas con cáncer cerebral presentan unos niveles de actividad bajos respecto a las recomendaciones del [Consenso Internacional Multidisciplinar sobre Ejercicio en Supervivientes de Cáncer de 2019](#).

Y es que este tipo de **rehabilitación neurológica permite prevenir complicaciones** y preservar o mejorar la calidad de vida.

Concretamente desde la neurofisioterapia y a través del ejercicio terapéutico, tal y

como explica Berta de Andrés:



Consulta aquí todas las noticias de Ibiza

TE PUEDE INTERESAR:

1

Qué avances hay en el tratamiento del cáncer de mama y cuántos tipos hay

1

¿Qué es la enfermedad hepática provocada por el alcohol, que casi siempre descubrimos tarde?

1

¿Son las bebidas vegetales una buena alternativa a los lácteos si queremos adelgazar?

1

Exámenes de la l
Consejos
para venc
descontrol emoc

- "Se tratarán, de forma individualizada, aquellas posibles complicaciones derivadas de una posible menor movilidad
- Se prevendrán caídas por el desacondicionamiento y/o los déficits de equilibrio
- Se incidirá sobre el dolor
- Se trabajará para disminuir la fatiga (la cual aparece en el 80% de los casos que se tratan con radioterapia)
- Se enseñarán estrategias de movimiento compensatorias cuando así se requiera".

"En cualquier caso, la neurofisioterapia y el resto de los agentes del equipo de Neurorrehabilitación deberán adaptarse a las condiciones de la persona, su familia y su entorno particular con el fin de planificar los objetivos terapéuticos. Y, para eso, es necesaria una **atención multidisciplinar** y una derivación eficaz aun cuando se está al inicio del proceso y tras el diagnóstico".

TEMAS Oncología - neurología - Responde el doctor - fisioterapia



Soidade non desexada Autobús atascado en Santiago Estafa en Dodro Desconvocada a folga no transporte de Santiago

NEUROLOGÍA

Día Mundial de la ELA: ¿Cuáles son los factores de riesgo de esta enfermedad degenerativa?

Según los expertos, todos los pacientes con esta enfermedad terminan por desarrollar trastornos de sueño, lo que impide recuperarse de la fatiga muscular y mental



Rebeca Gil

08·06·23 | 17:24

La **esclerosis lateral amiotrófica** (ELA) es una enfermedad degenerativa que afecta a las neuronas que transmiten los impulsos nerviosos desde el Sistema Nervioso Central a los diferentes músculos del cuerpo: a las llamadas motoneuronas o neuronas motoras.

RELACIONADAS

¿Dormir poco engorda? ¿Cómo influye el sueño en la salud cardiovascular?

Es una enfermedad crónica, letal. Además, es la patología más frecuente dentro de las enfermedades neuromusculares. Cada año en España, según datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, unas 700 personas comienzan a desarrollar los síntomas de esta enfermedad.

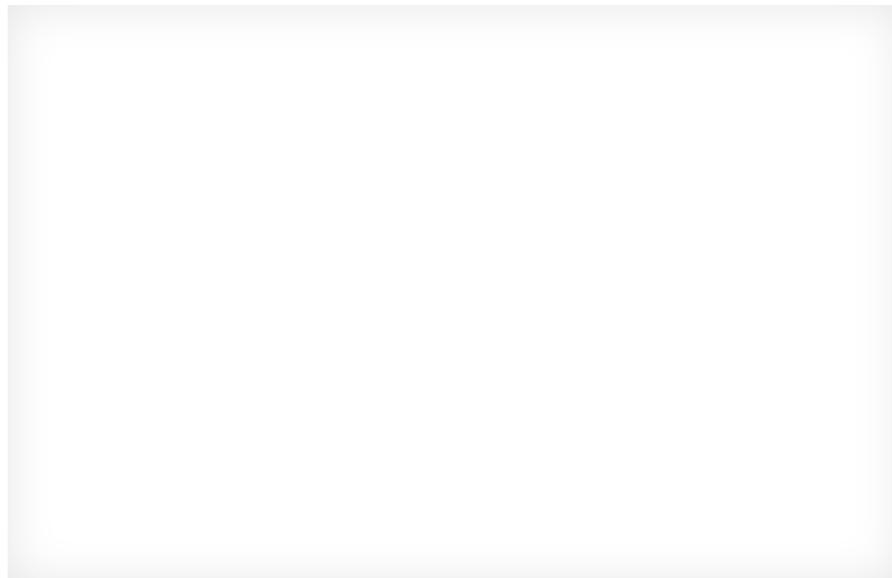
Aunque existen personas que se ven afectadas por esta **enfermedad** a edades muy tempranas (segunda o en la tercera década de vida) e incluso se han diagnosticados algunos casos en la infancia, muy pocos, la incidencia máxima de esta enfermedad se sitúa entre los 60 y 70 años.

En los pacientes con ELA, el deterioro y la pérdida progresiva de las neuronas motoras hará que sufran una grave afectación



Como explica el doctor **Alejandro Horga**, Coordinador del Grupo de Estudio de Enfermedades Neuromusculares de la SEN, los principales síntomas de esta enfermedad son:

PUBLICIDAD



- Debilidad muscular.
- Atrofia.
- Contracciones musculares o rigidez.
- Tensión muscular (espasticidad).

“Esta es la sintomatología más característica de esta enfermedad, que generalmente suele debutar en los músculos de las extremidades (en el 60-85% de los casos). Aunque hasta en un tercio de los pacientes se inicia en los músculos bulbares, encargados del habla, la **deglución** y la masticación”, explica el doctor.

“Pero, puesto que se trata de una enfermedad que progresa muy rápidamente, pronto otros grupos musculares comenzarán a verse afectados, convirtiéndose especialmente peligrosa cuando la enfermedad comienza a afectar a los músculos respiratorios”, concluye.

El 50% de los pacientes fallecen en menos de 3 años

Es precisamente la insuficiencia respiratoria producida por la afectación de los músculos respiratorios es la principal causa de muerte en la mayoría los pacientes con ELA. Una vez que comienzan los síntomas, la mitad de los pacientes fallecen en menos de 3 años, un 80% en menos de 5 años, y la mayoría (el 95%) en menos de 10 años.

Y es esta alta mortalidad la que provoca que en la actualidad solo entre 3.000 y 4.000 personas padezcan la enfermedad en España, a pesar de que es la tercera enfermedad neurodegenerativa más común, tras el **Alzheimer** y el Parkinson, en nuestro país.

Todavía no se conoce el origen de la enfermedad

Hasta el momento, las investigaciones no han podido determinar cuáles son las causas que desencadenan esta enfermedad, aunque los expertos apuntan a un origen multifactorial.

“En la mayoría de los casos no se ha podido determinar el origen de la enfermedad, lo más probablemente es que no exista



El sueño, **es** que entre uno y otro de los casos tienen un género bastante, un porcentaje muy pequeño.

“También, existen estudios que apuntan otros como fumar, haber padecido alguna infección viral previa, la exposición habitual a metales pesados o pesticidas, haber realizado actividades físicas intensas asiduas...”, comenta el neurólogo.

Lo que sí parece claro que es que “ser hombre y tener una edad avanzada son los únicos factores de riesgo que se han podido establecer con claridad”.

ELA y trastornos del sueño

La degeneración muscular que provoca la ELA en los pacientes hace que el sueño sea fundamental para estos pacientes, por su función reguladora y reparadora. Porque dormir bien permite recuperarse de la fatiga muscular y mental “Si mejoras sueño, mejoras funcionalidad motora y, por ende, la calidad de vida”, explica el neurólogo responsable de la Unidad del Sueño del **Centro de Neurología Avanzada (CNA)**.

Y aquí aparece el problema porque, según este experto, “todos los pacientes con esta enfermedad terminan por desarrollar trastornos de sueño, que vienen motivados por factores de distinta naturaleza como las apneas obstructivas, y/o centrales o el discomfort posicional”.

La falta de sueño a su vez provoca o agrava los problemas mentales o emocionales que provoca la ELA en los pacientes. No hay que olvidar que, según los datos de la SEN, el 30% de ellos sufren ansiedad y el 44% depresión, unos porcentajes muy altos respecto a las que presenta la sociedad general.

A las manifestaciones físicas y mentales de la ELA, se suman, además, la “**somnolencia diurna excesiva** o hipersomnia, además de los calambres y la fatiga”, afectan gravemente a la calidad de vida de las personas con esclerosis lateral amiotrófica “con el hándicap de que no poder prescribir benzodiazepinas por ser relajantes musculares”, añade el doctor Pérez.

Por todo ello, este experto insiste en la necesidad de desarrollar programas de investigación específicos entorno al sueño y la ELA, con el fin evitar el agravamiento de los síntomas propios de esta patología que provoca la falta de descanso a los que la padecen.

TEMAS **Responde el doctor - Neurología**

Seguros



Santévet ayuda a Recuérdame a mejorar la vida de los pacientes con Alzheimer

eEconomista Seguros / 07 jun 2023 / 15:29 H.

Santévet colabora con *Recuérdame* para mejorar la vida de los enfermos de Alzheimer con terapias caninas. La asociación Recuérdame se dedica a visibilizar el Alzheimer y a apoyar a las personas afectadas y sus familias con actividades asistidas. Estas terapias mejoran la salud física, psicológica y social de los pacientes. En España son unos 800.000 según la Sociedad Española de Neurología.

Los anuncios nos ayudan a hacer funcionar este sitio web. Al continuar su navegación en nuestro sitio, algunas compañías preseleccionadas pueden instalar cookies o acceder y usar información no sensibles en su dispositivo para publicar anuncios relevantes o contenido personalizado. [Ver nuestros socios](#)

Más información →

Aceptar y cerrar

personas con Alzheimer a sentirse mejor”. José Codina, presidente de Recuérdame, agradece la ayuda de Santévet y destaca la “magia” de los perros para despertar los sentimientos más profundos.

La empresa es una marca del grupo Santévet Group, con presencia en Francia, Bélgica, Alemania, España e Italia. Su compromiso ético se refleja en su programa solidario Second Chance, que promueve la adopción de mascotas en Francia.

Además, Santévet continúa su compromiso con el cuidado de la salud de los perros y gatos con su participación en Can We Run, la carrera donde las personas y sus mascotas perrunas corren por una buena causa.

Celebrada el pasado 14 de mayo en Barcelona, los participantes han corrido durante tres kilómetros para impulsar la adopción y tenencia responsable de mascotas, promover un estilo de vida saludable, y la recaudación de fondos a favor de la protectora de animales Veu Animal, que recibirá el 30% del importe recogido en las inscripciones, explica la compañía en un comunicado.

[elEconomista.es](https://www.economista.es)

© Copyright Editorial Ecoprensa, S.A.

[Política de Privacidad](#) • [Aviso Legal](#) • [Política de cookies](#) •
[Cloud Hosting en Acens](#) • [Ajustes de cookies](#) • [Archivo](#) • [Más leídas](#)

Los anuncios nos ayudan a hacer funcionar este sitio web. Al continuar su navegación en nuestro sitio, algunas compañías preseleccionadas pueden instalar cookies o acceder y usar información no sensibles en su dispositivo para publicar anuncios relevantes o contenido personalizado. [Ver nuestros socios](#)

[Más información](#) →

[Aceptar y cerrar](#)

Juan Carlos Unzué y Esclerosis Múltiple España, entre los premiados por la Sociedad Española de Neurología



Código: 5260545

Fecha: 08/06/2023

Dimensiones: 4000 x 2250 (2.33MB)

Lugar: San Sebastián (España)

Fotos del Tema: 1

Pie de Foto:

La Sociedad Española de Neurología entrega los Premios SEN. En el Palacio Miramar de San Sebastián (Guipúzcoa, España), a 8 de junio de 2023.

Firma: SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEUROLOGÍA



Para descargar esta foto, entre como abonado o contáctenos al teléfono: +34 91 359 26 00

11/06/2023 - Ucrania

Ucrania.- Rusia y Ucrania intercambian casi un centenar de prisioneros de guerra por bando ¹

La asociación de Getxo DaleCandELA, premiada por la Sociedad Española de Neurología en reconocimiento a su labor social



Código: 5261042

Fecha: 09/06/2023

Dimensiones: 3696 x 1958 (0.92MB)

Fotos del Tema: 1

Pie de Foto:

Jaime Lafita recoge el premio de la SEN

Firma: SEN



Para descargar esta foto, entre como abonado o contáctenos al teléfono: +34 91 359 26 00



11/06/2023 - Ucrania

Ucrania.- Rusia y Ucrania intercambian casi un centenar de prisioneros de guerra por bando



SUSCRÍBETE

GALERÍA: 12 FOTOS

Cómo y dónde resetear la mente y el cuerpo en solo tres días

Hablamos con los expertos de Ibiza Grand Hotel para comprobar que 'empezar de cero' es más sencillo de lo que parece

11 DE JUNIO DE 2023 - 09:46 CEST

POR **ELISA GARCÍA FAYA**



PUBLICIDAD - SIGUE LEYENDO DEBAJO



[SUSCRÍBETE](#)

"Tengo que ponerme en forma"; "debería comer mejor y empezar a cuidarme"; "no tengo tiempo para cuidarme"... **La presión que ejercemos sobre nosotras mismas es constante.** Los años pasan y muchas de nuestras metas se repiten cada temporada y es aquí cuando las frustraciones personales nos invaden. ¿Qué es lo que falla? Está claro que llega un momento en el que **hay que parar para priorizarnos.** **Comenzar a llevar un estilo de vida saludable** es más sencillo si eliminas restricciones ni sobreesfuerzos. Hemos querido contar con los expertos de Ibiza Grand Hotel, uno de **mejores refugios serenos del Mediterráneo para desconectar,** y nos han dado las claves para que este verano sí seas capaz de dedicarte a aprovechar tus vacaciones y logres flotar en tu propia piel. ¡Sigue leyendo!

-Estos son los alimentos que toda mujer debería eliminar de su dieta

PUBLICIDAD - SIGUE LEYENDO DEBAJO



SUSCRÍBETE



© Getty Images

[SUSCRÍBETE](#)

Un descanso reparador

¿Sabías que según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) entre un 20 y un 48% de la población tiene dificultades para conciliar el sueño? El estrés, laboral o familiar, es una de las principales causas de los **problemas para dormir y para conseguir un descanso reparador**. A veces es necesario **parar para avanzar**. Cuidar la higiene del sueño es crucial.

Los expertos no solo recomiendan seguir un horario que respete nuestros ritmos circadianos sino **crear un entorno que invite al descanso**. Es precisamente lo que busca el equipo de Ibiza Grand Hotel para sus huéspedes. Las habitaciones han sido diseñadas con detalle y no solo son en sí mismas auténticas galerías de arte (el hotel cuenta con más de 400 obras de artistas contemporáneos internacionales) sino que, además, están perfectamente insonorizadas, desprenden un aroma que llama al descanso y cuentan con una iluminación que invita a la relajación.



**SUSCRÍBETE**

El desayuno define la actitud con la que comienzas tus días

Si el estrés continuado hace que aumente el cortisol y, cuando este está elevado de forma crónica, afecta directamente al apetito, desregula los niveles de glucosa en sangre y promueve **cambios en el peso corporal**, ¿qué coherencia tiene hacer una dieta que te estrese? ¿Sabes, además, que el hambre constante puede estar muy relacionada con el estrés? Es un círculo vicioso sin sentido. **Comenzar el día con un buen desayuno nutritivo** es uno de los gestos que puedes convertir en hábito durante estos tres días que te planteamos concederte para recuperar la armonía, "deshincharte" y liberarte de todas las cargas del día a día. El The Grand Breakfast de Ibiza Grand Hotel es un excelente ejemplo de lo que podría ser **un desayuno saludable**. Los jugos de prensado en frío, las frutas locales y de temporada, los **panes de masa madre** y las fuentes proteicas de calidad, así como los cereales integrales ecológicos y de grano entero son algunos de los alimentos que componen su amplísima oferta para arrancar tu jornada con energía. **El desayuno** no es la comida más importante del día, porque todas lo son, pero sí **define la actitud con la que lo inicias**.

PUBLICIDAD - SIGUE LEYENDO DEBAJO



SUSCRÍBETE



© @mikasaibiza

Alimentos 'plant-based'

Uno de los requisitos esenciales para sentirte ligera y experimentar, de verdad, ese *reset* que buscas, pasa por apostar por una alimentación correcta. Mikasa es un exclusivo hotel *boutique* situado en el puerto de Ibiza, que, como Ibiza Grand Hotel, forma parte del plan Island Hospitality, del que te hablaremos más tarde. En él, **la cocina *plant-based*** celebra la vida, la naturaleza y la sostenibilidad, creando un delicioso menú basado en plantas, desde la Madre Tierra hasta tu plato. Cada vez son más los expertos que recomiendan seguir **una dieta rica en antioxidantes y antiinflamatoria** que anteponga el consumo de alimentos vegetales frente al de animales para recuperar el orden de un organismo saturado.

-Las mejores dietas para adelgazar avaladas por los expertos



SUSCRÍBETE





Una buena relación con la comida

Según datos de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO), el 81 % de las personas que hacen dieta fracasan. **Mantener una buena relación con la comida** es fundamental para no morir en el intento de mantener el **peso ideal**. Disfrutar, **sin cargos de conciencia**, de cualquiera de los dos menús degustación de La Gaia by Óscar Molina, el restaurante de Ibiza Grand Hotel, galardonado con una Estrella Michelin y dos Soles Repsol, incluso en el marco de unas vacaciones reparadoras, es un buenísimo primer paso. "Me gusta cuando los clientes se sorprenden y lo manifiestan, verlos felices e integrados en la experiencia. Me gustan los disfrutones", asegura el chef.

El restaurante ofrece **cocina de temporada** de inspiración local con un célebre toque mediterráneo que no resulta pesada y se saborea y respira fresca de principio a fin. Con sus platos, Molina recuerda que **no solo importa lo que comemos sino de dónde viene y cómo se prepara**. De esto depende cómo vaya a sentarnos y cómo vayamos a sentirnos después. Disfrutar con responsabilidad y consciencia de la gastronomía en periodo vacacional evitará atracones al volver a casa.



[SUSCRÍBETE](#)

Balance cuerpo mente

El equilibrio es la clave del éxito. Las **sesiones de yoga al aire libre** suelen formar parte de los *wellness journeys* de todo viaje *detox*. Es una disciplina que permite recuperar esa conexión mente cuerpo que tanto descuidamos en nuestro día a día. Si nunca has practicado yoga, hacerlo en Ibiza durante tus tres días *reset* por primera vez es una gran idea. No se trata de conseguir llevar a cabo posturas imposibles sino de, como indica Silverio de la Chica López, profesor de yoga y entrenador personal de Ibiza Grand Hotel, **dejar que fluya el cuerpo**. El instructor es partidario de llevar a cabo (sobre todo cuando no se tiene una base sólida en la práctica) **un yoga basado en ejercicios de movilidad**. "Pasamos mucho tiempo sentados y nuestro cuerpo necesita descongestionarse", indica el profesor. **Despertar músculos dormidos y destensar los que compensan esa inactividad** es fundamental para mejorar la postura y conseguir, por ejemplo, lucir un **vientre plano**.

PUBLICIDAD - SIGUE LEYENDO DEBAJO





Mimos para cuerpo y alma

Según Gioia Rezzonico, directora del spa de Ibiza Gran Hotel, **"los masajes son una cura del cuerpo y el alma"**. "Sentirse abrazado y querido en un momento de vulnerabilidad, reconstituye y transforma", afirma. La experta confía en la energía que transmiten las manos. "Las ondas de la radio no se ven, pero existen y **la energía de las manos también está ahí**", ilustra. "El **efecto antiedad**, por ejemplo, de los faciales que se ofrecen en Ibiza Grand Hotel no solo se logra por medio del uso de productos de calidad si no también gracias a la experiencia de las manos que los aplican", defiende. Rezzonico está "absolutamente convencida" de que "si te ves mejor en el espejo, es porque, **interiormente, también te sientes mejor**". La experta nos dice que siempre hay un antes y un después cuando uno se hace un tratamiento en cabina. "Para que estos sean efectivos **tiene que haber una persona que siente y un terapeuta que escucha**", asegura. Por eso, en Open Spa inciden en la formación del personal.

Open Spa cuenta con más de 1.300m² conformados por cuatro zonas que se complementan entre sí. Rituals, Aqua, Fitness y Beauty se integran para ofrecerle una experiencia única de profundo bienestar. Además, Open Spirit es una zona de relax ideal para degustar un té y desconectar por completo del mundo exterior. Para Rezzonico, es fundamental **complementar un tratamiento facial o corporal con alguno de estos otros servicios**.

-Los métodos 'lifting' que han probado de Paula Echevarría a Jaydy Michel



SUSCRÍBETE



[SUSCRÍBETE](#)

El poder del agua

"Detrás de un dolor de espalda hay, muchas veces, una carga emocional", dice Gioia Rezzonico. **"El circuito de aguas es recomendable a modo de *rehab*"**, afirma. "Hay quienes creen que el spa es un espacio exclusivamente de relajación pero **los beneficios de las aguas se descubrieron hace más de cinco mil años** y son muchos", garantiza la experta. Open Spa incluye piscinas climatizadas de hidromasaje (chorros, cascadas, cuellos de cisne...), camino de contrastes, pileta helada, baño turco, sauna finlandesa, duchas de aromas y contrastes, terma de inhalación salina y un espacio de relajación con camas calientes. Un spa con instalaciones cuidadas al detalle, donde la luz tenue y matizada forma parte del ambiente. El acceso a Aqua está incluido con la reserva de cualquier masaje o tratamiento de la carta. Una tarde de relajación en Open Spa es crucial en tus tres días *reset* **para que el organismo vuelva a encontrar la calma**. Como indica su directora, Gioia Rezzonico, **"la belleza de la piel es un ciclo de vida: cómo comes, cómo duermes, cómo te hidratas... Todo importa"**.



[SUSCRÍBETE](#)

Cosmética a tu medida

Como decíamos, **la efectividad de un buen tratamiento corporal** que consiga definir la figura y devolver la calma al cuerpo entero viene dada no solo por la calidez de las manos expertas que lo realizan sino por **la calidad de los productos que se aplican**. Por eso en Open Spa cuentan con varias firmas de cosmética premium como Elemis, Anne Semonin, Linda Meredith y Ayuna. Todas son marcas internacionales con presencia en muchos países porque, como nos dice Rezzonico, se busca ofrecer al huésped de Ibiza Grand Hotel la posibilidad de **continuar con la rutina aprendida en casa**. De esta manera, los resultados de los tratamientos se mantienen a largo plazo.

-¿Tienes manchas blancas en la piel? Así puedes prevenirlas

PUBLICIDAD - SIGUE LEYENDO DEBAJO





Conexión con la naturaleza a través del deporte

La práctica deportiva al aire libre resulta muy beneficiosa. Es el convencimiento de Donovan Cruces, Guía de The Other Face, una empresa que nace para mostrar los lugares menos conocidos de la isla de Ibiza mediante rutas de senderismo y fotografía a personas de todo el mundo. Sus servicios **van dirigidos a los amantes de la naturaleza, el deporte, el bienestar y la fotografía de paisajes.** Uno de sus objetivos principales es aportar una visión diferente de lo que es Ibiza y conseguir mostrar al exterior que **otro tipo de turismo es posible.**

"Yo creo que el mayor beneficio de hacer deporte al aire libre, además de los múltiples beneficios físicos como la velocidad, la fuerza o la resistencia, tiene que ver con el trabajo mental que conlleva el realizar deporte al aire libre", afirma el experto. "En primer lugar, porque es muy estimulante, **se libera dopamina y endorfinas** que hacen que nos sintamos muy bien, felices", explica. "En segundo lugar, porque está demostrado que, por ejemplo, caminar en el bosque o zonas verdes proveen a nuestro sistema nervioso de varios estímulos agradables que sirven de distracción y **reducen la conciencia sobre las sensaciones fisiológicas o emociones negativas** (tenemos menos sensación de fatiga)", continúa. "Todos los **marcadores relacionados con el estrés se reducen** al practicar deporte al aire libre también", concluye Cruces.



SUSCRÍBETE



© Getty Images

Un entorno de ensueño para un descanso pleno

El calor en la piel, el contraste con la suave brisa marina acompañada por el vaivén de las

[SUSCRÍBETE](#)

Aranguren, Community & Content Manager de Ibiza Gran Hotel, la isla cuenta con cantidad de lugares enfocados al bienestar y al *slowlife*. Así, cada vez es más evidente que no solo de fiesta viven las Pitiusas.

Muchos de esos lugares son los que se recogen en esta galería. Todos forman parte del **programa Island Hospitality**, que nació originariamente en Londres junto al conocido e icónico Park Chinois, el cual se ha convertido en un éxito a nivel mundial. El grupo inglés se ha establecido en la isla de Ibiza, donde ofrece una colección de restaurantes, cafés y clubes nocturnos llenos de un entretenimiento envolvente, experiencias gastronómicas de lujo, un servicio excelente y un diseño interior y ambiente único. Island Hospitality tiene como objetivo **construir experiencias más allá de la hospitalidad**.

-Los 15 mejores destinos para hacer un viaje solitario



[SUSCRÍBETE](#)

necesario para **evitar que el estrés se cronifique**, lo que genera un impacto en la salud de nuestro cabello, de nuestro cuerpo y de nuestra piel. Por eso **¡ha llegado el momento de volar!** De concederte tres días para retomar buenas rutinas, descansar y volver a sentirte ligera. Porque sí: **el estrés engorda** y la falta de sueño y una nutrición inadecuada no son factores que ayuden. ¿Te preguntabas cómo y dónde resetear tu cuerpo y definir tu figura? La respuesta es esta: en Ibiza, descansando, comiendo sano y rico, dejándote cuidar y dedicándote a observar(te).

© ¡HOLA! Prohibida la reproducción total o parcial de este reportaje y sus fotografías, aun citando su procedencia.

NUEVA NEWSLETTER



BELLEZA SIN FILTRO

EL PUNTO DE ENCUENTRO DE LAS AMANTES DE LA BELLEZA

Email

ENVIAR

¡HOLA!

Al registrar tu dirección de email, reconoces haber leído y aceptas [la política de privacidad y las condiciones del portal](#)

Más sobre: [VACACIONES](#) [BIENESTAR](#) [TRATAMIENTOS DE BELLEZA](#) [SPA](#)

Más noticias sobre **Vacaciones**

¿Piernás cansadas, varices e hinchazón?

Buscar... Acceder

Infarma 2023 Farmacología Saludable ZAP Estratificación aFon

Itarc Este Dento Oiams
POR UN VERANO LIBRE DE... Digestiones pesadas

EL MEDIO DE LA FARMACIA COMUNITARIA

Kern Pharma visibiliza el impacto del Alzheimer

El documental pretende visibilizar las etapas más duras de esta enfermedad para generar mayor sensibilidad y concienciación social sobre las necesidades de pacientes y cuidadores.



08/06/2023



La Asociación Recuérdame ha presentado en CaixaForum Macaya de Barcelona el documental 'Recuérdame Alzheimer, el principio de la desconexión' con la colaboración de Kern Pharma. Se trata de un largometraje impulsado por la asociación que pretende visibilizar las etapas más duras de la enfermedad para generar mayor sensibilidad y concienciación social sobre las necesidades de pacientes y cuidadores.

Para **José Codina**, presidente de la Asociación Recuérdame, director y protagonista del documental junto a su madre, el acto ha sido "una gran oportunidad para volver a poner de manifiesto las necesidades de los pacientes que sufren esta enfermedad, que no solo termina por deshumanizar a la persona, sino que afecta muchísimo a su entorno, personas que se encuentran sin apoyo y, en muchos casos, sin recursos para poder ofrecer a estos pacientes la calidad de vida que se merecen".

Por su parte, **Eva Valero**, product manager de la línea especialistas de Kern Pharma, ha querido destacar el apoyo continuado del laboratorio a esta patología con la que llevan trabajando muchos años. "En Kern Pharma siempre hemos tenido una gran sensibilidad con los pacientes de Alzheimer, sus familias y cuidadores y llevamos muchísimos años apoyando proyectos que ayuden a dar visibilidad y, sobre todo, concienciar sobre sus necesidades. Por eso, **colaboramos desde el primer momento con Jose, ya que su documental es un fiel retrato de las fases más avanzadas de la enfermedad que, quizás, son además las más desconocidas**".

Tras el estreno del largometraje, al que ha asistido más de 80 personas, ha tenido lugar una mesa redonda con especialistas que ha permitido conocer desde diferentes perspectivas el impacto que el Alzheimer genera en el paciente y su entorno. Han participado la **Dra. Mercè Boada**, neuróloga especialista en enfermedades neurodegenerativas y directora y fundadora de Fundación ACE Alzheimer Center Barcelona; el **Dr. Manel Sánchez**, subdirector médico del Hospital Sagrat Cor de Martorell y presidente de la Sociedad Española de Psico geriatría; la **Dra. Amada Santana**, neuropsicóloga en ISEP Clínica y **Gemma Tommá**, trabajadora social de neurología en el Hospital Mutua Terrassa. También han participado en la charla **David González**, inspector jefe de la Policía Judicial de la Jefatura Superior de Navarra, así como el presidente y vicepresidente de la asociación: José Codina y Alberto Herreros.

Kern Pharma lleva años poniendo en marcha acciones que mejoran la salud y calidad de vida con los pacientes con Alzheimer. Todas ellas pueden encontrarse en su página web dedicada a la enfermedad: www.konexionalzheimer.com, un espacio fruto de la colaboración con Ace Alzheimer Center Barcelona y la Confederación Española de Alzheimer (CEAFA) que cuenta además con el aval de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

En esta web los usuarios pueden encontrar información sobre qué es el Alzheimer y la demencia, la gestión de los trámites y prestaciones que existen, consejos prácticos para el día a día del paciente y del cuidador, materiales de ayuda descargables y un blog con las últimas novedades sobre Alzheimer. En este espacio podrá visualizarse en los próximos días el documental, así como un resumen del evento de presentación.

#alzheimer #demencia #neurologi

Autor: Pùblimas Digital



TE RECOMENDAMOS



Buscar

Compartir artículo

X

🔍 Copiar enlace 🗨️ Facebook 🐦 Twitter 📷 Instagram 📺 LinkedIn 📧 WhatsApp 🗨️ Email



Al viajar a otros lugares, sobre todo si es desconocido, obligamos al cerebro a estar en un constante proceso de solución de problemas y de reparación de detalles (Gonz)

Quizá sea de las emociones que nos da más ilusión y motivación es, sin duda, dejar nuestra vida cotidiana y lanzarnos a la **aventura de viajar**. Explorar nuevos lugares, asociaciones, ideas, sentidos o sabores hace que obliguen a nuestro cerebro a usar todas sus capacidades, manteniéndolo activo y sano.

[📄 Ver más historias: ¿Por qué pensar la ansiedad? Un viaje en un avión te ayuda al desarrollo de tu mente como de nosotros mismos](#)

Te lo dice Mark Twain, escritor estadounidense y viajero empedernido: "Viajar es un ejercicio con consecuencias finales para las proyecciones, la inteligencia y la estructura de nuestro". Y lo comentó lo día lo escribió.

El doctor **Edardo Sibero**, médico pediatra, (M.N. 47349) miembro del Consejo Directivo del Hospital Garibaldi y magister en Psiconeuroanatomía (PNS) de la Universidad Farabol, explicó a **Infobae**: "Mark Twain, en el siglo XIX, describió con increíble precisión aquello que los neurocientíficos del siglo XXI han podido demostrar en sus laboratorios: viajar es un ejercicio que desarrolla **potencialidades neurocognitivas** y que transforma nuestra forma de ver y sentir las cosas. Viajar modifica nuestro cerebro".

Juan Carlos Unzué: "Si los políticos no reaccionan ante una enfermedad como la ELA es que les falta humanidad"

Libertad Digital se desplaza a Pamplona para entrevistar al exfutbolista navarro, diagnosticado de ELA hace cuatro años.



Guillermo Domínguez 11/6/2023 - 08:12



Juan Carlos Unzué, símbolo de la lucha contra la ELA, entrevista para Libertad Digital. | Guillermo Domínguez

Su sonrisa permanente transmite ternura nada más verla. Impresiona el tamaño de sus manos, dignas de uno de los mejores porteros del fútbol español en la década de los 90. Sin olvidar, por supuesto, esos pequeños ojos de color azul claro, a la par que penetrantes, que derrochan una tremenda seguridad en sí mismo.

Juan Carlos Unzué Labiano (Orcoyen, Navarra, 22 de abril de 1967) es ejemplo de lucha y entereza por los cuatro costados. El que fuera guardameta del CA Osasuna, FC

Barcelona, Sevilla FC, Tenerife y Real Oviedo —y posteriormente entrenador del Real Club Celta y Girona FC, entre otros clubes— es probablemente la cara más visible en España de la esclerosis lateral amiotrófica (ELA), la tercera enfermedad neurodegenerativa más común en nuestro país tras el Alzheimer y el Parkinson.

Esta temporada recién finalizada ha ejercido como comentarista de los partidos de LaLiga Santander en DAZN, aunque ha decidido donar todo el dinero que le han pagado a fundaciones que trabajan para apoyar a personas enfermas de ELA. Un gesto enorme por parte de "un gran tipo", como explican a Libertad Digital varias personas que lo conocen muy bien.

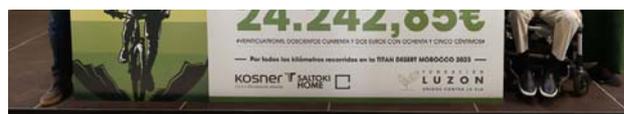
Más de 3.000 personas padecen actualmente en España esta enfermedad progresiva e irreversible para la que no existe cura. Es también una dolencia muy cara que presenta sus primeros síntomas

en unas 700 personas cada año en nuestro país, según datos ofrecidos por la Sociedad Española de Neurología.

Cuatro años luchando contra la ELA

A Juan Carlos Unzué le diagnosticaron ELA en julio de 2019 y once meses después hizo pública la enfermedad en un anuncio, realizado en el Auditori 1899 del Camp Nou, que conmovió al mundo del fútbol. Ahora, tres años después, el exguardameta y exentrenador navarro sigue dando guerra en su lucha contra la ELA, tratando de concienciar a la sociedad de esta durísima enfermedad y de recaudar fondos para combatirla.

El último acto tuvo lugar esta misma semana —el pasado miércoles en Pamplona— en la sede de Saltoki Home, donde Unzué recibió un cheque de 24.242,85 euros, donados en concreto a la Fundación Francisco Luzón para la lucha contra la ELA. Se lo entregaron los *titanes* del equipo Kosner-Saltoki Home, con el mítico Miguel Induráin —cinco veces campeón del Tour de Francia— a la cabeza, que recientemente han participado en la prueba de mountain bike Titan Desert en Marruecos.



"Nada de atajos, que quitamos dinero a Juan Carlos", le dijo Indurain a sus compañeros durante la carrera. Pedaladas contra la ELA: 24.242,85 euros, que es el mismo número de kilómetros recorridos por lo integrantes del Kosner-Saltoki Home en la Skoda Titan Desert Morocco 2023.

Antes del acto celebrado en la capital navarra, en el que también intervinieron el director de Saltoki, Óscar Zanduetta, y la directora general de la Fundación Luzón, Sonia Sánchez de Bernardo, Libertad Digital pudo conversar a fondo con Unzué durante unos minutos. Una charla conmovedora, llena de aprendizajes y de concienciación, en la que Juan Carlos demostró una entereza brutal mientras al redactor que estas líneas escribe se le formaba un enorme nudo en la garganta.

"Me encuentro bien", empezaba diciendo Juan Carlos. "Evidentemente no puedo controlar la enfermedad, que sigue haciendo su progresión, y siento que la fuerza está cada vez más limitada en mis extremidades. Además, desde hace unos tres meses, me está afectando el tema respiratorio: por las noches necesito un respirador que ayuda a que mi cuerpo descanse mejor. Mentalmente me siento tan fuerte o más que el día que hice público mi diagnóstico. De una forma muy diferente, pero me sigo sintiendo útil", explica.

"Percibes que estás arruinando a tu familia"

Es el desgarrador relato de un Juan Carlos Unzué que, dentro de la gravedad que supone una enfermedad como la ELA, se siente "un privilegiado" por el apoyo y el cariño que recibe de su familia: su inseparable esposa, María Elorza, y sus tres hijos, Aitor, Jesús y María.



Juan Carlos Unzué posa para las cámaras de Libertad Digital. | Guillermo Domínguez

"Tener a María y a mis hijos es un privilegio porque la familia no te va a fallar nunca. Algo habremos hecho bien María y yo para que nuestros hijos les hayamos sido capaces de transmitir esto", asegura un Unzué que hace unos años, cuando le diagnosticaron la enfermedad, le transmitió a su esposa que se sentía "como un cuarto hijo". "La primera vez que se lo comenté se quedó sorprendida. Obviamente lo hacía desde la mejor intención porque lo que yo quería expresar es ese cariño que yo había percibido con el que había tratado a nuestros hijos mientras crecían a su lado. Yo, por mi profesión y mis hobbies, he pasado muchas horas fuera de casa, por lo que ha sido

María la que se ha ocupado de nuestros hijos. Percibí ese cariño con el que le trataba a ellos, y es de agradecer que ahora lo esté haciendo conmigo", añade a Libertad Digital.

"Privilegiado" por el apoyo de su familia, pero también por el que recibe de los clubes en los que ha jugado, como Osasuna y el Barcelona, así como de distintas asociaciones y fundaciones —como la Francisco Luzón— que luchan contra la ELA. "El 95% de las personas que padecen esta enfermedad no tienen el apoyo económico que puedo tener yo. La ELA es muy cara, pero no más cara que otras enfermedades: lo que la hace más cara es la falta de ayudas. Aparte del diagnóstico, la limitación física y el deterioro, tú eres perfectamente consciente de la enfermedad en todo momento y hasta el último momento. Imagínate ese dolor físico y el dolor que te genera el percibir que estás arruinando a tu familia porque no tiene recursos. Pero claro, no todos tienen ni familia ni recursos. Entonces, ¿qué hacemos con ellos? ¿Los dejamos tirados por el simple hecho de haber sido diagnosticados con ELA?", es la sobrecogedora reflexión que hace Unzué, ejemplo de lucha y entereza a quien esta enfermedad ha cambiado la vida porque, además de todo ello, también ha aprendido a "valorar lo que es esencial y por lo que realmente tienes que preocuparte".

"Eso es lo que estamos reivindicando, pero desgraciadamente para los políticos parece que no es suficiente conocer lo que

conlleva esta enfermedad para tirar adelante con esa ley ELA" que lleva más de un año en el cajón.

La ley ELA, más de un año en el cajón

En este sentido, cabe destacar que, el 8 de marzo de 2022, el Congreso de los Diputados aprobó por unanimidad la proposición de ley para garantizar el derecho a una vida digna de las personas con ELA, una iniciativa impulsada por Ciudadanos y Jordi Sabaté, un conocido youtuber que padece ELA desde hace ocho años. Esta ley se basa en cuatro pilares fundamentales: el reconocimiento del 33% de grado de discapacidad desde el diagnóstico, la atención preferente y especializada, el acceso al bono social eléctrico y el servicio de cuidados domiciliarios o residenciales las 24 horas del día.



Juan Carlos Unzué, en un momento de la entrevista realizada en la sede de Saltoki Home. | David Molano/Marco Agency

Lamentablemente, la llamada ley ELA sigue en el cajón quince meses después, sin que se haya iniciado su tramitación parlamentaria. Los plazos para presentar enmiendas se han ampliado hasta en 38 ocasiones, lo que supone una falta de

voluntad política y de respeto hacia los enfermos y sus familias. Mientras tanto, cada día mueren tres personas con ELA en nuestro país, sin haber podido disfrutar de los derechos que les corresponden.

La denuncia que hace Unzué sobre este asunto es feroz. "Muchos ciudadanos nos echan una mano dentro de sus posibilidades, pero los que pueden cambiar algo son los políticos. Yo les escucho hablar del Estado del bienestar y de que van a ayudar a los más vulnerables y digo: ¿dónde estamos nosotros?, ¿estamos en un túnel? Hace tres años podía ser eso, pero hoy ya no: hoy conocemos mucho más sobre esta enfermedad, también como consecuencia del tiempo y el espacio que nos habéis dado los medios de comunicación, para poder explicar e informar de qué se trata, así que los políticos ya no tienen la excusa de que no saben lo que es esta enfermedad", asegura Unzué.

"Porque además", continúa el exfutbolista navarro, "dentro de estos quince meses en los que la ley ELA sigue bloqueada, la Administración ha estado reuniéndose de forma paralela con 'ConELA' —la Confederación Nacional de Entidades de ELA—, y algunos afectados en una fase de la enfermedad mucho más avanzada que la mía han podido transmitirles cara a cara de qué se trata esta enfermedad. Así que si estos políticos no han reaccionado ante eso les falta lo más importante, que es humanidad".

"¿Somos las personas la prioridad para los políticos?"

"¿Dónde está su humanidad? Al final estamos hablando de personas y de salud. A veces me entra la duda: ¿dónde tenemos colocadas a las personas?, ¿somos la prioridad? En muchos casos parece que no", se pregunta un Juan Carlos Unzué que, ante el nuevo escenario político en España, con la convocatoria de elecciones generales para el próximo 23 de julio y la ley ELA bloqueada durante casi un año y medio, sostiene que "hay que volver a empezar de cero".

"Yo soy optimista en lo que podemos controlar nosotros", apunta el exjugador y exentrenador, "y nosotros, los enfermos con ELA, somos personas muy perseverantes que ante una situación muy complicada queremos seguir adelante. Pero para seguir adelante necesitamos esas ayudas y las vamos a seguir reivindicando mientras nos deje la enfermedad", advierte.

Una enfermedad, la ELA, que es "muy agresiva" y que tiene una esperanza de vida media de entre tres y cinco años. Tal y como denuncia Unzué, durante los 15 meses que la ley ELA lleva bloqueada en España "han muerto más de 1.2000 enfermos con ELA". "Es verdad que con

esas ayudas y con esa ley ELA tramitada y siendo efectiva, no íbamos a poder evitar la muerte de casi todos estos enfermos, pero al menos sí les podríamos haber evitado esa sensación de la que yo hablaba antes: ese dolor interno y profundo que realmente uno siente cuando percibe que está arruinando a su familia".

Un testimonio durísimo por parte de alguien al que quizá no le quede demasiado tiempo de vida. El redactor que lo tiene enfrente es consciente de ello y por eso trata de sacarle una sonrisa, pero sobre todo a sí mismo, para evitar que a éste no se le siga encogiendo el alma. Por eso le pregunta por temas triviales en los últimos minutos de la entrevista: Messi, el caso Negreira, las gestas del Sevilla y Osasuna esta temporada y hasta los sanfermines, recordando el chupinazo que el propio Unzué lanzó el año pasado y que "mis *rojillos*" lanzarán el próximo 6 de julio desde el balcón de la Plaza Consistorial de Pamplona.

Cosas banales, en definitiva, frente a la vida y las personas. Ante una maldita enfermedad como la ELA que realmente sólo sufren quienes la padecen y sus familias.

Deterioro cognitivo

Cambios en el concepto de deterioro cognitivo leve

Dr. Enrique Arrieta Antón | Medicina Familiar y Comunitaria

Centro de Salud Segovia Rural, Segovia



05/06/23



El deterioro cognitivo se ha asociado siempre a la demencia, el máximo grado de deterioro. Pero desde finales del pasado siglo Ronald Petersen pone el objetivo en aquellos sujetos que presentan un deterioro de la memoria más intenso del que cabría esperar de acuerdo a su edad y nivel educativo, pero que no han desarrollado una demencia. Sus trabajos^{1,4} permitieron diferenciar a las personas con deterioro cognitivo leve (DCL) de aquellas que habían desarrollado una demencia, a pesar de que en ambas condiciones hay una instauración progresiva y una pérdida en la capacidad respecto al nivel previo, y por lo tanto hacer estudios diferenciándolos. Padecer DCL implica un mayor riesgo de desarrollar demencia.

En principio, la alteración cognitiva leve se centraba en la pérdida de memoria (olvidos, dificultad para retener información, etc.), pero la evidencia de que el funcionamiento cognitivo es más amplio que la memoria, obligó a introducir como indicador de DCL las quejas subjetivas, confirmadas por un familiar o un informador, en cualquier dominio cognitivo² y también las alteraciones en las actividades de la vida diaria que permiten que la persona continúe siendo independiente³.

De este modo se ha podido diferenciar un tipo de DCL de tipo amnésico, con

afectación de la memoria, y que corresponde al cuadro descrito por Petersen, de otros tipos de DCL en los que la afectación principal no es de la memoria, bien sea una única área afectada o varias. Esta diferenciación es muy interesante porque se supone que cada tipo de DCL evolucionaría a un tipo diferente de demencia⁴, como recoge la siguiente tabla adaptada del artículo Petersen et al (2005).

Tipo de DCL		Área afectada	Evolución
DCL de tipo amnésico	Unifunción	Memoria	Alzheimer
	Multifunción	Memoria y otro área cognitiva	Alzheimer
DCL de tipo no amnésico	Unifunción	Un área distinta de la memoria	Demencia frontal, cuerpos de Lewy, demencia vascular, Alzheimer
	Multifunción	Al menos dos áreas distintas de la memoria	Alzheimer, demencia vascular, envejecimiento normal

Tabla 1. Tipo de deterioro cognitivo leve según el área afectada y su evolución⁴.

En cualquier caso el diagnóstico deterioro cognitivo leve ha sido exclusivamente clínico, en base únicamente a la historia clínica y a pruebas cognitivas breves que permitían caracterizar ese deterioro. Pero las pruebas más conocidas y utilizadas no sirven para DCL.

Aunque la clasificación de los diferentes tipos de DCL parece sugerente, los criterios utilizados no permiten diferenciar la transición entre DCL y demencia, y no dan respuesta al hecho conocido de que las alteraciones a nivel celular y molecular, y por tanto diferentes instituciones y conferencias de consenso han actualizado los criterios diagnósticos para incluir la presencia de biomarcadores (biológicos y de neuroimagen) y para unificar toda la evolución de la enfermedad bajo la denominación de Alzheimer en diferentes fases.

El *International Working Group-2* (IWG-2) en su publicación de 2014⁵ establece el concepto de enfermedad de Alzheimer (EA) preclínica, que debería sustituir al deterioro cognitivo leve, y establece las siguientes categorías:

PACIENTES ASINTOMÁTICOS CON RIESGO DE EA (deben darse A+B):

A. Ausencia de fenotipo clínico específico (deben darse los dos siguientes)

- Ausencia de síndrome amnésico de tipo hipocámpico
- Ausencia de cualquier fenotipo clínico de EA atípica

B. Evidencia *in vivo* de patología de Alzheimer (uno de los siguientes):

- Descenso de A β 1-42 junto con aumento de T-tau o P-tau en líquido cefalorraquídeo (LCR)
- Aumento de la retención del amiloide fibrilar en tomografía por emisión de positrones (PET)

EA PRESINTOMÁTICA (deben darse A+B):

A. Ausencia de fenotipo clínico específico (deben darse los dos siguientes)

- Ausencia de síndrome amnésico de tipo hipocámpico
- Ausencia de cualquier fenotipo clínico de EA atípica

B. Mutación autosómica dominante de EA probada en PSEN1, PSEN2 o APP, u otros genes probados (incluyendo la trisomía 21 del síndrome de Down).

La evolución en el concepto de DCL y EA ha modificado la forma de abordar el diagnóstico detrás de una queja cognitiva y, aunque el uso de biomarcadores aún está lejos de Atención Primaria, en algún momento se integrarán en nuestros protocolos.

La [Guía oficial de práctica clínica en demencias⁶](#) de 2018 de la Sociedad Española de Neurología hace las siguientes recomendaciones:

- Para el diagnóstico de la enfermedad de Alzheimer, tanto en la fase de deterioro cognitivo leve como en la fase de demencia se recomiendan los criterios diagnósticos NIA-AA y los criterios IWG-2.
- En la práctica clínica habitual, no se recomienda el diagnóstico preclínico de la EA.

Bibliografía y referencias:

1. Petersen RC, Smith GE, Waring SC, Ivnik RJ, Tangalos EG, Kokmen E. Mild Cognitive Impairment. Clinical Characterization and Outcome. Arch Neurol. 1999; 56(3): 303-308.
2. Winblad B, Palmer K, Kivipelto M, Jelic V, Fratiglioni L, Wahlundet L.-O, et al. Mild cognitive impairment-beyond controversies, towards a consensus: report of the International Working Group on Mild Cognitive



NeuM5910 ACREDITADO PARA LA INNOVACIÓN MÉDICA

La Asociación Recuérdame y Kern Pharma lanzan un documental para visibilizar el impacto del Alzheimer

El documental pretende visibilizar las etapas más duras de esta enfermedad para generar mayor sensibilidad y concienciación social sobre las necesidades de pacientes y cuidadores.



08/06/2023



La Asociación Recuérdame ha presentado en CaixaForum Macaya de Barcelona el documental 'Recuérdame Alzheimer, el principio de la desconexión' con la colaboración de Kern Pharma. Se trata de un largometraje impulsado por la asociación que pretende visibilizar las etapas más duras de la enfermedad para generar mayor sensibilidad y concienciación social sobre las necesidades de pacientes y cuidadores.

Para **José Codina**, presidente de la Asociación Recuérdame, director y protagonista del documental junto a su madre, el acto ha sido "una gran oportunidad para volver a poner de manifiesto las necesidades de los pacientes que sufren esta enfermedad, que no solo termina por deshumanizar a la persona, sino que afecta muchísimo a su entorno, personas que se encuentran sin apoyo y, en muchos casos, sin recursos para poder ofrecer a estos pacientes la calidad de vida que se merecen"

Por su parte, **Eva Valero**, product manager de la línea especialistas de Kern Pharma, ha querido destacar el apoyo continuado del laboratorio a esta patología con la que llevan trabajando muchos años "En Kern Pharma siempre hemos tenido una gran sensibilidad con los pacientes de Alzheimer, sus familias y cuidadores y llevamos muchísimos años apoyando proyectos que ayuden a dar visibilidad y, sobre todo, concienciar sobre sus necesidades. Por eso, **colaboramos desde el primer momento con Jose, ya que su documental es un fiel retrato de las fases más avanzadas de la enfermedad que, quizás, son además las más desconocidas**".

Tras el estreno del largometraje, al que ha asistido más de 80 personas, ha tenido lugar una mesa redonda con especialistas que ha permitido conocer desde diferentes perspectivas el impacto que el Alzheimer genera en el paciente y su entorno. Han participado la **Dra. Mercè Boada**, neuróloga especialista en enfermedades neurodegenerativas y directora y fundadora de Fundación ACE Alzheimer Center Barcelona; el **Dr. Manel Sánchez**, subdirector médico del Hospital Sagrat Cor de Martorell y presidente de la Sociedad Española de Psicogeriatría; la **Dra. Amada Santana**, neuropsicóloga en ISEP Clínica y **Gemma Tommè**, trabajadora social de neurología en el Hospital Mutua Terrassa. También han participado en la charla **David González**, inspector jefe de la Policía Judicial de la Jefatura Superior de Navarra, así como el presidente y vicepresidente de la asociación: José Codina y Alberto Herreros.

Kern Pharma lleva años poniendo en marcha acciones que mejoran la salud y calidad de vida con los pacientes con Alzheimer. Todas ellas pueden encontrarse en su página web dedicada a la enfermedad: www.konexionalzheimer.com, un espacio fruto de la colaboración con Ace Alzheimer Center Barcelona y la Confederación Española de Alzheimer (CEAFA) que cuenta además con el aval de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

En esta web los usuarios pueden encontrar información sobre qué es el Alzheimer y la demencia, la gestión de los trámites y prestaciones que existen, consejos prácticos para el día a día del paciente y del cuidador, materiales de ayuda descargables y un blog con las últimas novedades sobre Alzheimer. En este espacio podrá visualizarse en los próximos días el documental, así como un resumen del evento de presentación.

#alzheimer #demencia #neurologi

Artículos relacionados



Lo último: [ASHOINDEX ya se instala en más de](#)



N3WS
Tercera Edad

Socio
sanitaria
GAMA



La mejor solución
para su bienestar y descanso



AGENDA BIBLIOTECA ENTREVISTAS FORMACIÓN/EMPLEO MERCADO NOTICIAS

NOVEDADES OPINIÓN INTERNACIONAL PUBLICIDAD/MEDIAKIT



Agenda - Portada

La Asociación Recuérdame y Kern Pharma estrenan el documental 'Recuérdame Alzheimer, el principio de la desconexión'

📅 9 junio, 2023 👤 moon

La Asociación Recuérdame ha presentado en CaixaForum Macaya de Barcelona el documental 'Recuérdame Alzheimer, el principio de la desconexión' con la colaboración de Kern Pharma. Se trata de un largometraje impulsado por la asociación que pretende visibilizar las etapas más duras de la enfermedad para generar mayor sensibilidad y concienciación social sobre las necesidades de pacientes y cuidadores.

Para José Codina, presidente de la Asociación Recuérdame, director y protagonista del documental junto a su madre, el acto ha sido *"una gran oportunidad para volver a poner de manifiesto las necesidades de los pacientes que sufren esta enfermedad, que no solo termina por deshumanizar a la persona sino que afecta muchísimo a su entorno, personas que se encuentran sin apoyo y, en muchos casos, sin recursos para poder ofrecer a estos pacientes la calidad de vida que se merecen"*

Por su parte, Eva Valero, product manager de la línea especialistas de Kern Pharma, ha querido destacar el apoyo continuado del

CONSULTA EL
NÚMERO ACTUAL



Suscríbete a la Revista

amavir
residencias para mayores

Residencias para mayores

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra política de cookies, pinche el enlace para mayor información.

plugin cookies

ACEPTAR

los pacientes de Alzheimer, sus familias y cuidadores y llevamos muchísimos años apoyando proyectos que ayuden a dar visibilidad y, sobre todo, concienciar sobre sus necesidades. Por eso, colaboramos desde el primer momento con Jose, ya que su documental es un fiel retrato de las fases más avanzadas de la enfermedad que, quizás, son además las más desconocidas”

Tras el estreno del largometraje, al que ha asistido más de 80 personas, ha tenido lugar una mesa redonda con especialistas que ha permitido conocer desde diferentes perspectivas el impacto que el Alzheimer genera en el paciente y su entorno. Han participado **la Dra. Mercè Boada**, neuróloga especialista en enfermedades neurodegenerativas y directora y fundadora de Fundación ACE Alzheimer Center Barcelona; el **Dr. Manel Sánchez**, subdirector médico del Hospital Sagrat Cor de Martorell y presidente de la Sociedad Española de Psicogeriatría; la Dra. **Amada Santana**, neuropsicóloga en ISEP Clínica y **Gemma Tommé**, trabajadora social de neurología en el Hospital Mutua Terrassa. También han participado en la charla **David González**, inspector jefe de la Policía Judicial de la Jefatura Superior de Navarra, así como el presidente y vicepresidente de la asociación: José Codina y Alberto Herreros.

Kern Pharma lleva años poniendo en marcha acciones que mejoran la salud y calidad de vida con los pacientes con Alzheimer. Todas ellas pueden encontrarse en su página web dedicada a la enfermedad: www.konexionalzheimer.com, un espacio fruto de la colaboración con Ace Alzheimer Center Barcelona y la Confederación Española de Alzheimer (CEAFA) que cuenta además con el aval de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

En esta web los usuarios pueden encontrar información sobre qué es el Alzheimer y la demencia, la gestión de los trámites y prestaciones que existen, consejos prácticos para el día a día del paciente y del cuidador, materiales de ayuda descargables y un blog con las últimas novedades sobre Alzheimer. En este espacio podrá visualizarse en los próximos días el documental, así como un resumen del evento de presentación.



**Residencias
para personas
mayores**



← [Las enzimas antioxidantes pueden reparar el daño en el ADN](#)

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra política de cookies, pinche el enlace para mayor información.

plugin cookies

ACEPTAR

N I U S

PORTADA **CIENCIA**

Generación T, la de los niños "táctiles": "Tecnologizar el desarrollo desde los primeros años tiene una huella cerebral"



Irene Fernández Novo Madrid

11/06/2023 01:22h.





June 11, 2023 - 01:17 pm



Entretenimiento Noticias 24 horas

¿Sabías cómo impacta en el cerebro viajar a nuevos destinos?

📅 10 junio, 2023 👤 Noticias 24 horas

Quizá una de las emociones que nos da más ilusión y motivación es, sin duda, dejar nuestra vida cotidiana y lanzarnos a la **aventura de viajar**. Enfrentarse a nuevos lugares, sensaciones, olores, sonidos o sabores hace que obliguemos a nuestro cerebro a usar todas sus capacidades, manteniéndolo activo y sano.



Noticias



General

Noticias 24 horas

¡Impresionante! La entrada del ex jugador de la NBA, Yao Ming, en un aeropuerto (+ Video)

📅 10 junio, 2023 👤 Noticias 24 horas

El exjugador de la NBA, Yao Ming, se volvió viral en redes sociales debido a su llegada a un aeropuerto



Chacao celebró el Día

Mundial de Tejer en Público

📅 10 junio, 2023



¡Inaudito! Donald Trump expresó sus intenciones de quererse quedar con el petróleo de Venezuela (+

Ya lo decía **Mark Twain**, escritor estadounidense y viajero empedernido: "Viajar es un ejercicio con consecuencias fatales para los prejuicios, la intolerancia y la estrechez de mente". Y la **ciencia** le dio la razón.

El doctor **Eduardo Silvestre**, médico pediatra, (M.N. 57.969) miembro del Consejo Directivo del Hospital Garrahan y magíster en Psiconeuroinmunología (PNIE) de la Universidad Favaloro, explicó a **Infobae**: *"Mark Twain, en el siglo XIX, describió con increíble precisión aquello que los neurocientíficos del siglo XXI han podido demostrar en sus laboratorios: viajar es un ejercicio que desarrolla **potencialidades neurocognitivas** y que transforma nuestra forma de ver y sentir las cosas. Viajar modifica nuestro cerebro"*.



Los viajes estimulan nuestro cerebro, lo vuelven más plástico, más creativo, y nos dan más capacidad de comprender

"Todo aquel que haya viajado, sobre todo a países con culturas diferentes, ha experimentado esa sensación de cambio casi inconsciente que nos hace replantearnos las cosas y verlas de una manera distinta", agregó.

Por su parte, el doctor **Claudio G. Waisburg** (MN 98128), médico y neurocientífico, director del Instituto SOMA y ex jefe de Neurología Infantojuvenil de INECO y del Instituto de Neurociencias de la Fundación Favaloro, dijo a **Infobae**: *"El impacto que tiene un viaje en el cerebro humano marca una **huella de fuego**, fuerte y permanente. Esto significa que la experiencia va a quedar grabada en nuestra corteza cerebral y producirá un aumento de la **interconectividad** sináptica producto de la motivación y de la transformación"*.

Esto ocurre cuando viajamos

Silvestre explicó que la sensación de placer de un viaje genera la liberación de diferentes sustancias en el sistema nervioso, como

Video)

📅 10 junio, 2023



No aparece Wison, perro cuyas

huellas permitieron hallar a niños en selva del Guaviare

📅 10 junio, 2023



Recientes

Noticias
24 horas

Una mujer llegó a una cita con 23 familias y terminó demandando a su pretendiente por no pagar la cuenta

📅 11 junio, 2023

Noticias
24 horas

Conviasa operará entre La Habana y Moscú a partir del 16 de junio

📅 11 junio, 2023



Arribaron turistas a Porlamar del primer vuelo chárter procedente de Cali

📅 11 junio, 2023



Beneficios de la meditación para la menopausia

📅 10 junio, 2023

las **endorfinas** y los factores de crecimiento nervioso, que son facilitadores de una mayor conexión entre las neuronas y de generación de nuevas células nerviosas. Incorporar nuevas experiencias y desafíos a nuestras vidas es un fuerte estímulo para la **plasticidad neuronal** y la potencialidad neurocognitiva.



El doctor Claudio G. Waisburg comentó: “La **neuroplasticidad** es cómo la experiencia modifica nuestra corteza cerebral y eso es el aprendizaje. ¿Qué ocurre cuando viajamos? Nos transformamos, nuestra corteza cerebral cambia con el aprendizaje y los nuevos desafíos, aumenta la capacidad de incorporar conocimiento. Lo **nuevo**, lo **desafiante** y lo **motivante** son las formas con las que el cerebro **aprende, recuerda y consolida conocimientos**”, expresó el doctor.

“Nuestras neuronas pueden crear nuevas conexiones, incluso se pueden formar neuronas, pero para ello es clave entrenar y estimular nuestro cerebro. Y hay tres elementos clave para hacerlo: enfrentar a nuestro cerebro a la novedad, la variedad y el desafío. Viajar cumple con los tres”, expresó el doctor José Manuel Moltó, Vocal de la Sociedad Española de Neurología.

Adam Galinsky, profesor de la Columbia Business School y autor de numerosos estudios sobre la conexión entre la creatividad y los viajes

Si has tenido citas malas, puede que tu historia no supere a la de un hombre chino que fue demandado por retirarse

Entradas recientes

[Una mujer llegó a una cita con 23 familiares y terminó demandando a su pretendiente por no pagar la cuenta](#)

[Conviasa operará entre La Habana y Moscú a partir del 16 de junio](#)

[Arribaron turistas a Porlamar del primer vuelo chárter procedente de Cali](#)

[Beneficios de la meditación para la menopausia](#)

[¿Sabías cómo impacta en el cerebro viajar a nuevos destinos?](#)

Deportes



Deportes

Noticias 24 horas



internacionales, estableció: *“Las experiencias en el extranjero aumentan tanto la **flexibilidad cognitiva** como la profundidad y la integración del pensamiento, la capacidad de establecer conexiones profundas entre formas dispares”.*



Beneficios de salir de la zona de confort

*“Viajar genera un **fenómeno antiestrés**, liberación de endorfinas, hasta activa un **circuito de recompensa**, dopaminérgico, que nos da bienestar. Esto produce cambios contundentes en la interconectividad cerebral y en el aumento del número de sinapsis”,* señaló Waisburg, quien explicó a su vez que el cerebro aprende cuando está motivado. La clave está en involucrarse en los lugares que uno visita. *“Si uno trasciende y se implica con la cultura, la gente, los idiomas, no hace más que desafiar una y otra vez al cerebro, que solo aprende cuando está motivado. Salir de las **zonas de confort** y viajar nos desafía, es algo transformador”,* indicó el médico.

Waisburg recomendó, en lo posible, hablar en el **idioma** del lugar que visitamos, ya que esto también tiene un efecto transformador en el cerebro.

“Hay estudios que demuestran que en niños que tienen una familia con un idioma madre y viven en un país en el que hablan otro idioma, sus funciones

El Manchester City derrotó al Inter de Milán y gana por primera vez la Champions League

📅 10 junio, 2023 👤 Noticias
24 horas

El Manchester City se ha coronado como el nuevo campeón de la Champions League tras vencer al Inter de Milán



¡Tecnología de punta!
Estadio Jorge Luis García Carneiro cuenta con nuevo sistema de luces Led (+ Video)

📅 9 junio, 2023



Cristiano Ronaldo presentó su propia marca de agua: URSU

📅 8 junio, 2023



¡Oficial!
Lionel Messi jugará en el

Inter de Miami de la MLS

📅 7 junio, 2023



ejecutivas son distintas y mejores en muchos aspectos debido a aprender dos idiomas a la vez, es decir, debido al **bilingüismo**. Esto fue demostrado por Adele Diamond, neuropsicóloga de la Universidad de British Columbia, Canadá, quien publicó varios estudios sobre el tema”, dijo Waisburg.



Más “momentos eureka”

Otros estudios han demostrado que someternos a **experiencias nuevas** que podamos resolver satisfactoriamente mejora nuestro estado de ánimo, reduce las hormonas del estrés y nos hace más creativos.

“Separarse de un ambiente familiar puede ayudarte a obtener nuevas perspectivas sobre la vida cotidiana. Experimentar otra cultura y llevar una nueva forma de vida es el lugar mágico donde las sinapsis florecen y se multiplican”, dijo Galinsky. Esto aumenta la flexibilidad cognitiva, la capacidad de la mente de saltar de una idea a otra, un componente clave de la **creatividad**.

Waisburg señaló con respecto a este psicólogo: *“Adam Galinsky habla sobre cómo los viajes generan transformación, aumentando creatividad e **innovación**, basado en estudios que demuestran que el salir de la zona de confort aumenta la **audacia**, genera bienestar e incrementa “**momentos eureka**” de creatividad e innovación que muchas veces solo se logran estando en un momento de relajación y bienestar”.*





Según estudios de Adam Galinsky y William Maddux viajar y vivir una experiencia y aprendizaje multicultural, mejora la flexibilidad de ideas y con ello la habilidad para resolver problemas, desarrolla el pensamiento lateral, incrementando la capacidad de detectar conexiones y asociar conceptos, favoreciendo la creatividad, tanto durante la experiencia, como al regresar al país de origen)

Galinsky también investigó cómo las experiencias profesionales en diferentes países están relacionadas con la innovación.

Luego de realizar un estudio de los proyectos de los últimos once años de las empresas de diseño de moda más importantes del mundo, encontró que los ejecutivos que habían vivido durante un tiempo en el extranjero y, **por lo tanto, habían estado expuestos a otras culturas e idiomas, eran más creativos, disruptivos y audaces al abordar su trabajo.**

“El proceso clave y crítico es el compromiso multicultural, la inmersión y la adaptación. Alguien que vive en el extranjero y no se involucra con la cultura local recibirá menos impulso creativo que alguien que sí lo hace”, afirmó Galinsky.



Otro estudio, realizado por un equipo de científicos de la Universidad



Rice, la Universidad de Columbia y la Universidad de Carolina del Norte, llegaron a la conclusión que cuando estamos lejos de casa, nos sentimos más cerca de nosotros mismos. Descubrieron que vivir en otros países clarifica el **autoconcepto**. Nos empuja a realizar un ejercicio de **autocrítica** y a romper con muchas **ideas preconcebidas** para tomar conciencia de nuestras fortalezas y debilidades. Como dijo Aldous Huxley: *“viajar es descubrir que todos están equivocados acerca de otros países”*.

También, cuando emprendemos viajes muy deseados, tal vez a un **destino espiritual** o a un **lugar exótico** soñado toda la vida es tan fuerte lo que nos produce que puede hacernos cambiar hasta nuestra forma de ser.

“Los viajes religiosos tienen un doble impacto, desde lo histórico y espiritual, y dejan una impronta muy grande. En todo concepto, el viaje siempre empieza en el momento de planearlo”, agregó Waisburg.



Planificar y dejarse llevar

“Viajar puede ser una gran experiencia siempre y cuando nos preparemos para el desafío”, señaló Silvestre. *“Aprovechar al máximo el efecto positivo de viajar implica una **programación cognitiva** que comienza en el momento mismo de la toma de la decisión; allí se pondrán en juego, en primer lugar, nuestras expectativas: ¿qué buscamos? A partir de nuestra respuesta debemos evaluar lo que podemos. Si existe una relación desproporcionada entre **“el querer y el poder”** este efecto positivo será nulo o incluso contraproducente. Consejo profesional: imaginar, investigar, prepararse, planificar, plantearse objetivos alcanzables y diseñar estrategias alternativas, siempre es bueno tener un **plan B**”,* sumó Silvestre.

Por otro lado, la sensación de **placer** es un aprendizaje que se desarrolla con la experimentación. *“Abrir todos los sentidos: mirar, explorar, oler, escuchar, sentir, tocar. Tomarse el tiempo necesario para*



que el viaje no transcurra sino que se interiorice, “que se haga piel”, aconsejó.

“*Somos una especie en viaje*”, dice la canción de Jorge Drexler. Conocer nuevos amigos, destinos, culturas, historias y aventuras abre nuestra mente, mejora nuestro cerebro y lo pone en movimiento.

“*Al andar se hace camino, dice el poeta. Al andar se abren nuevas vías de conexión nerviosa y se estimula la neuroplasticidad, dice el científico. Tomar la frase que más nos guste pero permitámonos experimentar. Eso sí, plantearse metas alcanzables, planificar y dar lugar al placer*”, concluyó el doctor Silvestre.

Con información de Infobae

¿Qué opinas de esto?

← MP condenó a ocho hombres a 19 años de prisión por tráfico de armas en Delta Amacuro

Beneficios de la meditación para la menopausia →

👍 También te puede gustar



¡Rompieron las redes! David y Victoria Beckham bailando salsa (+Video)

📅 5 abril, 2023



Gerard Piqué rompió su silencio sobre la separación con Shakira: “Quiero ser fiel a mí mismo”

📅 24 marzo, 2023



Anuel AA y Yailin anunciaron el nacimiento de su hija

📅 13 marzo, 2023

Acerca de Noticias24

Somos un equipo de trabajo enfocado en llevar a nuestros

Enlaces

Visión

Misión

Categorías

Nacionales

Internacionales

Inicio

La Unidad Médico Quirúrgica de Trastornos del Movimiento del Hospital de La Princesa, acreditada por la Sociedad Española de Neurología



La Unidad de Trastornos del Movimiento del Hospital de La Princesa, por la que ya han pasado más de 6.000 pacientes, realiza un abordaje multidisciplinar de la patología médica y quirúrgica de los pacientes con Trastornos de Movimiento; y es el tratamiento de aquellos con patología quirúrgica en el que participan activamente además del Servicio de Neurología, los de Neurocirugía y Neurofisiología. De hecho, desde el año 2017 el Hospital Universitario de La Princesa es referencia nacional CSUR para Cirugía de Trastornos del Movimiento.

El objetivo del Programa de Acreditación del GETM de la SEN, que cuenta con el apoyo de la biofarmacéutica AbbVie, es reconocer a aquellas unidades que tratan a pacientes con enfermedad de Parkinson y otros trastornos del movimiento, y aseguran la mejor prestación asistencial. La acreditación de estas unidades evalúa aspectos como: la seguridad del paciente, la humanización de la atención, la gestión de la tecnología o el enfoque y gestión del riesgo.

Proceso de acreditación muy exigente

Para optar a esta acreditación se requiere realizar una auditoría externa exhaustiva de cada unidad con el objetivo de identificar aspectos de mejora y llevar a cabo acciones que corrijan deficiencias, repercutiendo, finalmente, en los pacientes y en el establecimiento de una relación de confianza sobre los resultados que se alcancen con los procesos asistenciales y administrativos. Como específica la Dra. Silvia Jesús Maestre, representante de la SEN en el acto de entrega, "en el proceso de acreditación se auditan aspectos como: los recursos disponibles, el nivel de preparación de los profesionales, estrategias de atención o resultados de la propia atención.

La responsable de la Unidad de Trastornos del Movimiento del Hospital Universitario de La Princesa de Madrid, la Dra. Lydia López Manzanares, ha indicado que "el haber llevado a cabo este proceso de acreditación ha supuesto una oportunidad única de autoanálisis, de aprendizaje, de dirigir nuestra atención hacia aspectos que antes nos pasaban más desapercibidos, de conocernos mejor como equipo y de poder incidir en términos de calidad, seguridad, formación y docencia".

Según indica la Dra. López Manzanares, "en la Unidad de Trastornos del Movimiento centramos la atención en el paciente y su cuidador". La neuróloga ha añadido que "esperamos mantener el nivel alcanzado. Afrontamos este año con muchas ganas de iniciar nuevos proyectos, de seguir creciendo, seguir formándonos, y ofrecer a nuestros pacientes la mejor atención posible."

La acreditación ha sido recogida por la responsable de la Unidad Médico Quirúrgica del Trastornos del Movimiento, Dra. Lydia López Manzanares, de manos de la Dra. Silvia Jesús Maestre, coordinadora del Programa de Acreditación de la Sociedad Española de Neurología para consultas monográficas de trastornos del movimiento, unidades de trastornos del movimiento y unidades de trastornos del movimiento médico-quirúrgicas;

El acto lo ha presidido el gerente asistencial de Hospitales de la Consejería de Sanidad, el Dr. Jesús Canora Lebrato, acompañado en la mesa por el director médico del Hospital Universitario de La Princesa, Dr. José Julián Díaz Melguizo, y la directora de Relaciones Institucionales de ABBVIE, María Costi Ruiz.

Sobre la enfermedad de Parkinson

La enfermedad de Parkinson (EP) es un trastorno neurodegenerativo que afecta al sistema nervioso de manera crónica y progresiva. Es la segunda enfermedad neurodegenerativa más prevalente en la actualidad después de la enfermedad de Alzheimer y pertenece a los llamados Trastornos del Movimiento.

La etiología sigue siendo desconocida y multifactorial. La prevalencia es aproximadamente de un 0,3% en la población general, llega al 2% en mayores de 60 años y es superior al 4% en mayores de 80, con una incidencia de 8-18/100.000 personas/año.

El diagnóstico en la actualidad es fundamentalmente clínico, y precisa de revisiones periódicas para su confirmación y para descartar, con la aparición de síntomas atípicos, la posibilidad de algún otro tipo de parkinsonismo degenerativo.

Su tratamiento deberá ser sobre todo personificado, atendiendo a las situaciones personales, familiares, laborales y sociales de cada paciente, y, por otra parte, multidisciplinar, en el que deberán intervenir otros profesionales dependiendo de la progresión de la enfermedad.

Aunque la enfermedad de Parkinson es la principal patología en la Unidad, otros trastornos del movimiento más minoritarios (como por ejemplo la enfermedad de Huntington, la parálisis supranuclear progresiva o la distonía) también son atendidos de forma específica.





CEREBRO

En España se diagnostican más de 5.000 nuevos casos de tumores cerebrales cada año

- ✓ Epilepsia: la importancia de detectarla a tiempo
- ✓ ¿Cómo entrenar cerebro para gozar de un mayor optimismo?
- ✓ ¿Qué es el dolor neuropático: la enfermedad que afecta a un 8% de la población?



En España se diagnostican más de 5.000 nuevos casos de tumores cerebrales cada año

MARTA BURGUES

08/06/2023 17:00 ACTUALIZADO: 08/06/2023 17:05

✓ Fact Checked

Este 8 de junio se celebra el Día Internacional de los Tumores Cerebrales, una afección que supone aproximadamente el 2% de todos los cánceres diagnosticados en adultos y el 15% de los diagnosticados en niños. En España se diagnostican más de **5.000 nuevos casos de tumores cerebrales cada año**.

De ellos, el 80% de los pacientes presentarán una disfunción cognitiva, el 78% disfunción motora y el 37% disfunción en el control de esfínteres.

Más de 5.000 nuevos casos de tumores cerebrales cada año

Según datos de la Sociedad Española de Neurología, hay más de 120 tipos de tumores del sistema nervioso.

(<https://www.pacientesenbuenasmanos.com>)



08 junio 2023 21 Views

DÍA INTERNACIONAL DE LOS TUMORES CEREBRALES



(<https://www.pacientesenbuenasmanos.com/wp-content/uploads/2019/10>

[/cerebro945.jpg](#)) Redacción, 08-06-2023.- Hoy 8 de junio, es el **Día Internacional de los Tumores Cerebrales**, un término bajo el que se aglutinan más de **120 tipos de tumores del sistema nervioso**, de los que cada año, según datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, se diagnostican más de **5.000 nuevos casos en España**.

En los últimos años se ha observado un incremento en el número de casos por año debido, principalmente, a **la mejora de las técnicas de imagen -lo que ha permitido perfeccionar su diagnóstico-**, y al **progresivo envejecimiento de la población**. Y es que la **edad de aparición de los tumores cerebrales presenta un pico en la edad pediátrica, pero también un aumento progresivo con la edad en adultos, hasta alcanzar su máximo de incidencia entre la sexta y la séptima década de la vida**, según la SEN.

Se estima que, en la actualidad, en **España hay alrededor de 20.000 personas que padecen algún tipo de tumor cerebral**, clasificado bien como un **tumor primario** (originado en el cerebro) o como un **tumor metastásico** (originado en otras partes del

cuerpo, pero que se ha diseminado al cerebro).

Los tumores cerebrales suponen aproximadamente **el 2% de todos los cánceres diagnosticados en adultos y el 15% de los diagnosticados en niños, lo que le convierte, durante la edad pediátrica, en el segundo tipo de cáncer más detectado después de la leucemia.**

(<https://twitter.com/share?url=https://www.pacientesenbuenasmanos.com/dia-internacional-de-los-tumores-cerebrales/>)

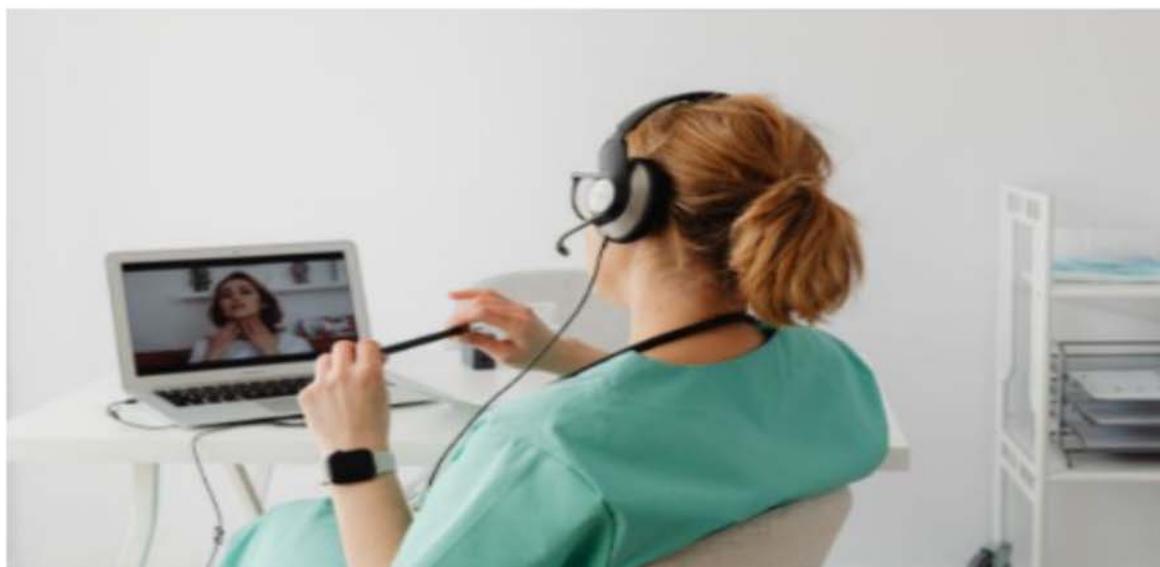
(<http://www.facebook.com/sharer.php?u=https://www.pacientesenbuenasmanos.com/dia-internacional-de-los-tumores-cerebrales/>)

(<https://plus.google.com/share?url=https://www.pacientesenbuenasmanos.com/dia-internacional-de-los-tumores-cerebrales/>)

(<http://www.linkedin.com/shareArticle?mini=true&url=https://www.pacientesenbuenasmanos.com/dia-internacional-de-los-tumores-cerebrales/>)

∨ ¿SABÍAS QUE...?

∨ ACTIVIDADES SANITARIAS



(HTTPS://WWW.PAMPLONAACtual.COM/)

¡DISFRUTA DE CUIDARTE!

Realizamos una **entrevista dietética personalizada** para diseñar tu plan de nutrición específico

- ▶ Análisis de composición corporal: Inbody770 y Antropometría
- ▶ Alimentación de precisión, intolerancias

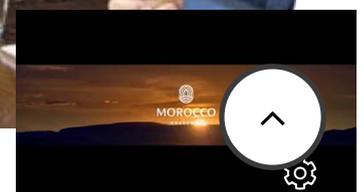
NUNTIADIETISTAS.COM

(https://euw2.smartadserver.com/cli

“Los acordes de la memoria”, premiada por la Sociedad Española de Neurología (SEN)



📷 Foto: Un momento de la entrega



El documental “Los acordes de la memoria”, una bella iniciativa que reúne cultura, música, pintura, terapia, profesionales, enfermos de Alzheimer, familiares, cuidadores, memoria, ciencia y cerebro, mostrando los lazos entre la música y el recuerdo a través de ocho personas aquejadas de demencia en la Clínica Josefina Arregui de Alsasua

MEMORIA (/TAGS/MEMORIA) JOSEFINA ARREGUI (/TAGS/JOSEFINA-ARREGUI) DOCUMENTAL (/TAGS/DOCUMENTAL)
ACORDES DE LA MEMORIA (/TAGS/ACORDES-MEMORIA) RAÚL MADINABEITIA (/TAGS/RAUL-MADINABEITIA)

f (<https://www.facebook.com/pamplonaactual/>)
<https://www.pamplonaactual.com/articulo/cultura/acordes-memoria-premiada-sociedad-espanola-neurologia/20230611092843339088.html>

t (<https://twitter.com/intent/tweet?text=%E2%80%9CLos+acordes+de+la+memoria+%E2%80%9D%2C+premiada+por+la+Sociedad+Espanola+de+Neurologia+%C3%ADa+%28SEN%29&via=Pamplonaactual&url=https://www.pamplonaactual.com/articulo/cultura/acordes-memoria-premiada-sociedad-espanola-neurologia/20230611092843339088.html>)

in (<http://www.linkedin.com/shareArticle?mini=true&url=https://www.pamplonaactual.com/articulo/cultura/acordes-memoria-premiada-sociedad-espanola-neurologia/20230611092843339088.html>)

La Sociedad Española de Neurología, la SEN ha otorgado el premio modalidad social a la película documental “Los acordes de la memoria”, una bella iniciativa que reúne cultura, música, pintura, terapia, profesionales, enfermos de Alzheimer, familiares, cuidadores, memoria, ciencia y cerebro, mostrando los lazos entre la música y el recuerdo a través de ocho personas aquejadas de demencia.





70307024wpc7030577070307024wpc7030510770307024wpc70305772
 PUBLICADO
 %3b%24PAMPLONA ACTUAL%24wpc%3d3986%3b%24wpc%3d3162
 (PTBPS://WWW.PAMPLONAACCIÓN.COM) %3d10155
 %3b%24wpc%3d5753%3b%24wpc%3d5755%3b%24wpc%3d5813
 %3b%24wpc%3d5816%3b%24wpc%3d5819%3b%24wpc%3d5821
 %3b%24wpc%3d5838%3b%24wpc%3d6159%3b%24wpc%3d6163
 %3b%24wpc%3d6166%3b%24wpc%3d6169%3b%24wpc%3d6170
 %3b%24wpc%3d6172%3b%24wpc%3d6173%3b%24wpc%3d5917
 %3b%24wpc%3d5918%3b%24wpc%3d5977%3b%24wpc%3d5978
 %3b%24wpc%3d5980%3b%24wpc%3d5982%3b%24wpc%3d5999
 %3b%24wpc%3d5890%3b%24wpc%3d5892%3b%24wpc%3d5893
 %3b%24wpc%3d5896%3b%24wpc%3d5899%3b%24wpc%3d5901
 %3b%24wpc%3d5902%3b%24wpc%3d5839%3b%24wpc%3d5841
 %3b%24wpc%3d5844%3b%24wpc%3d5845%3b%24wpc%3d5847
 %3b%24wpc%3d5850%3b%24wpc%3d5852%3b%24wpc%3d5801
 %3b%24wpc%3d5804%3b%24wpc%3d5805%3b%24wpc%3d5807
 %3b%24wpc%3d5809%3b%24wpc%3d5810%3b%24wpc%3d5812
 %3b%24wpc%3d5771%3b%24wpc%3d5774%3b%24wpc%3d5775
 %3b%24wpc%3d5778%3b%24wpc%3d5779%3b%24wpc%3d5782
 %3b%24wpc%3d5783%3b%24wpc%3d5739%3b%24wpc%3d5741
 %3b%24wpc%3d5744%3b%24wpc%3d5745%3b%24wpc%3d6190
 %3b%24wpc%3d6192%3b%24wpc%3d6195%3b%24wpc%3d6197
 %3b%24wpc%3d6198%3b%24wpc%3d6205%3b%24wpc%3d6207



La película está producida por Raúl Mandinabeitia -artífice de todo el proyecto- y dirigida por Fernando Vera.





<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/12/3986-3162>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/17/520-8345-10155>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/15/5753-5755-5813>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/16/5816-5819-5821>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/18/5838-6159-6163>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/16/6166-6169-6170>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/17/6172-6173-5917>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/18/5918-5977-5978>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/18/5980-5982-5999>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5890-5892-5893>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5896-5899-5901>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5902-5839-5841>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5844-5845-5847>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5850-5852-5801>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5804-5805-5807>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5809-5810-5812>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5771-5774-5775>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5778-5779-5782>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5783-5739-5741>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/5744-5745-6190>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/6192-6195-6197>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/6198-6205-6207>
<https://www.pamplonaactual.com/2023/06/19/6209-6211-6213>



El documental que aquí se premia, dirigido por Fernando Vera, narra todo este camino utilizando el lenguaje cinematográfico como herramienta que sirve para explorar y difundir una experiencia que entronca y se desarrolla desde la ciencia, valiéndose para ello del rigor científico que aportan profesionales de diferentes ámbitos de una forma constructiva y edificante.



El documental también aborda el espectáculo escenificado en el Teatro Gayarre de Pamplona, donde enfermos con demencia y profesionales de la música y otras artes compartieron escenario. No hay palabras para describir las emociones que todos los allí presentes tuvimos ese día.

Esta pequeña obra, incluye también numerosas entrevistas con pacientes, cuidadores y profesionales de la música, la psicología, la psiquiatría, las neurociencias básicas y la neurología, con buena representación de la SEN.

Tal como dijo Richard Morris, Catedrático de Neurociencia en la Universidad de Edimburgo, a raíz de tener conocimiento de este proyecto: –“La Medicina y las Artes deben caminar juntas”.

https://www.nativity.com/es/index.php?tipo=favicon_pamplonaactual.com



(1)

[Home \(../\)](#) » [Noticias \(../\)](#)

Sistema nervioso



09/6/2023

Enviar a un
amigoImprimir en PDF (/incs/plugins/print_page.php?tipo=noticia&
id=53911)

La Asociación Recuérdame y Kern Pharma estrenan el documental ‘Recuérdame Alzheimer, el principio de la desconexión’

Categorías: SISTEMA NERVIOSO (./?GRUPOS=N)

El documental pretende visibilizar las etapas más duras de esta enfermedad para generar mayor sensibilidad y concienciación social sobre las necesidades de pacientes y cuidadores.



La Asociación Recuérdame ha presentado en CaixaForum Macaya de Barcelona el documental ‘Recuérdame Alzheimer, el principio de la desconexión’ con la

colaboración de Kern Pharma. Se trata de un largometraje impulsado por la asociación que pretende visibilizar las etapas más duras de la enfermedad para generar mayor sensibilidad y concienciación social sobre las necesidades de pacientes y cuidadores.

Para José Codina, presidente de la Asociación Recuérdame, director y protagonista del documental junto a su madre, el acto ha sido *“una gran oportunidad para volver a poner de manifiesto las necesidades de los pacientes que sufren esta enfermedad, que no solo termina por deshumanizar a la persona sino que afecta muchísimo a su entorno, personas que se encuentran sin apoyo y, en muchos casos, sin recursos para poder ofrecer a estos pacientes la calidad de vida que se merecen”*.

Por su parte, Eva Valero, product manager de la línea especialistas de Kern Pharma, ha querido destacar el apoyo continuado del laboratorio a esta patología con la que llevan trabajando muchos años *“En Kern Pharma siempre hemos tenido una gran sensibilidad con los pacientes de Alzheimer, sus familias y cuidadores y llevamos muchísimos años apoyando proyectos que ayuden a dar visibilidad y, sobre todo, concienciar sobre sus necesidades. Por eso, colaboramos desde el primer momento con Jose, ya que su documental es un fiel retrato de las fases más avanzadas de la enfermedad que, quizás, son además las más desconocidas”*.

Tras el estreno del largometraje, al que ha asistido más de 80 personas, ha tenido lugar una mesa redonda con especialistas que ha permitido conocer desde diferentes perspectivas el impacto que el Alzheimer genera en el paciente y su entorno. Han participado la Dra. Mercè Boada, neuróloga especialista en enfermedades neurodegenerativas y directora y fundadora de Fundación ACE Alzheimer Center Barcelona; el Dr. Manel Sánchez, subdirector médico del Hospital Sagrat Cor de Martorell y presidente de la Sociedad Española de Psicogeriatría; la Dra. Amada Santana, neuropsicóloga en ISEP Clínica y Gemma Tommé, trabajadora social de neurología en el Hospital Mutua Terrassa. También han participado en la charla David González, inspector jefe de la Policía Judicial de la Jefatura Superior de Navarra, así como el presidente y vicepresidente de la asociación: José Codina y Alberto Herreros.

Kern Pharma lleva años poniendo en marcha acciones que mejoran la salud y calidad de vida con los pacientes con Alzheimer. Todas ellas pueden encontrarse en su página web dedicada a la enfermedad: www.konexionalzheimer.com (<http://www.konexionalzheimer.com>), un espacio fruto de la colaboración con Ace Alzheimer Center Barcelona y la Confederación Española de Alzheimer (CEAFA) que cuenta además con el aval de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

En esta web los usuarios pueden encontrar información sobre qué es el Alzheimer y la demencia, la gestión de los trámites y prestaciones que existen, consejos

prácticos para el día a día del paciente y del cuidador, materiales de ayuda descargables y un blog con las últimas novedades sobre Alzheimer. En este espacio podrá visualizarse en los próximos días el documental, así como un resumen del evento de presentación.



Más sobre KERN PHARMA:

<https://www.kernpharma.com> (<https://www.kernpharma.com>)

<https://www.kernpharmabiologics.com> (<https://www.kernpharmabiologics.com>)

<https://www.kernpharmatulado.com> (<https://www.kernpharmatulado.com>)

<https://www.gynea.com> (<https://www.gynea.com>)

<https://www.finisher.es> (<https://www.finisher.es>)

<https://www.unavidasindolor.com> (<https://www.unavidasindolor.com>)

<https://www.unamigaatulado.com> (<https://www.unamigaatulado.com>)

<https://www.linfomayahoraque.com> (<https://www.linfomayahoraque.com>)



(<https://servedby.revive->

adserver.net/cl.php?bannerid=85301&zoneid=10510&

sig=1able9a5e7f4a0db0753a08db33b8d2623f1c0092a3132b5596f7cca13267541&oadest=https%3A%2F%2Fwww.wtcbarcelona.com%2Fes%2F)

Otras noticias:

La risa, el aliado secreto contra el estrés y la ansiedad según Pileje (53898-la-risa-el-aliado-secreto-contr-el-estrys-y-la-ansiedad-segyn-pileje.html)

El incremento en la producción de serotonina al reírnos permite una mayor gestión del estrés, actuando como un fuerte relajante que facilita la conciliación del sueño L...

Panamá abre el proceso para la obtención de licencias de fabricación de cannabis medicinal (53891-panamyo-abre-el-proceso-para-la-obtenciyn-de-licencias-de-fabricaciyn-de-...)

El Ministerio de Salud de Panamá (Minsa) anunció el inicio del proceso de convocatoria a las empresas interesadas en obtener la licencia de fabricación de...

Lanzamiento: Sleepeel Día y Sleepeel Noche, los nuevos caramelos de goma que normalizan tu día y tu noche (53869-lanzamiento-sleepeel-dya-y-sleepeel-noche-los-nuevos-caramelos-de-goma...)



SID Castilla y León

Buscar...



Servicio de Información sobre Discapacidad

¿Cuáles son los síntomas de la esclerosis múltiple?



Fecha

04/06/2023



Medio

Todo Disca



Facebook



Twitter



LinkedIn

La **esclerosis múltiple** es una enfermedad crónica autoinmune, desmielinizante y neurodegenerativa del **Sistema Nervioso Central**. Si atendemos a los datos, esta enfermedad afecta a más de 55.000 personas en **España**, diagnosticándose un nuevo caso cada 5 minutos. De forma general, se diagnostica entre los 20 y los 40 años, en pleno desarrollo personal y laboral, pero también en menores de 18 años. Recientemente, han **solicitado que se reconozca el 33% de discapacidad** con el diagnóstico de la esclerosis múltiple.

Las estadísticas señalan que esta **enfermedad** es más común en **mujeres** que en **hombres**. Así lo confirma la **neuróloga Ana Belén Caminero**, coordinadora del Grupo de Estudio de Enfermedades Desmielinizantes de la Sociedad Española de Neurología (**SEN**). Además, ha señalado que la incidencia de la enfermedad en mujeres «va a más». Además, explica que la **esclerosis múltiple** es una enfermedad que lleva a la **discapacidad**, de la que existen multitud de tipos de **síntomas** y **causas**. Los expertos han destacado que «no está suficientemente estudiado», lo que provoca que sea más difícil controlarla.

Síntomas de la esclerosis múltiple

El 85 por ciento de los pacientes empieza con una serie de síntomas que se manifiestan a lo largo de días o pocas semanas. Es decir, la esclerosis múltiple se manifiesta de una forma 'subaguda'. Los expertos señalan que «no es un síntoma de aparición brusca, pero tampoco son síntomas en general que aparecen muy lentamente. Son síntomas que se manifiestan en un periodo de tiempo relativamente corto».

Además, Caminero ha añadido que hay «patrones específicos» que se repiten en los pacientes y que son los más frecuentes. «Si se presentan en una persona joven, sobre todo en una mujer joven, nos inducen a pensar que este es el diagnóstico más probable», ha explicado.

Algunos de estos síntomas son:

- Pérdida de agudeza visual, debido a la afectación del nervio óptico
- Visión doble u hormigueo en la cara
- Pérdida en la estabilidad a la hora de caminar por la afectación del tronco del encéfalo
- Inflamación de la médula espinal, también llamada mielitis

«En este caso, los pacientes suelen tener síntomas que debutan generalmente con trastornos de sensibilidad o trastornos de fuerza e incluso trastornos del control esfinteriano o sexual. Es

decir, pueden afectar a lo mejor al brazo y a la pierna del mismo lado o pueden afectar, por ejemplo, a las dos piernas, además con una intensidad muy variada», ha detallado la neuróloga.

Estos síntomas se consiguen controlar con la ayuda de corticoides, evitando así posibles secuelas durante las primeras fases de la enfermedad. Sin embargo, si se repiten a lo largo del tiempo, que es lo frecuente en esta enfermedad, en la fase 'remitente-recurrente', estos empiezan a dejar secuelas y, como consecuencia, se va acumulando **discapacidad**.

En busca de tratamientos para frenar los brotes

«De ahí que interese instaurar tratamientos lo antes posible para que no tengan brotes en la medida de lo posible y por lo tanto no tengan discapacidad, o que la discapacidad que acumulen sea menor», ha asegurado la especialista.

Finalmente, a lo largo de los años, los brotes que se atribuyen a la actividad inflamatoria van disminuyendo. De esta manera empieza a aparecer el componente degenerativo de la **enfermedad**. Esto se traduce en síntomas con aparición lentamente progresiva, conduciendo a un acúmulo de **discapacidad**.

La Fundación Esclerosis Múltiple crea la primera Comunidad 'on line' de esclerosis múltiple de habla hispana | CANVA

Todo ello se va manifestando, normalmente, a través de un trastorno de la marcha cada vez más creciente. Entre estos síntomas podemos destacar:

- Los pacientes empiezan a necesitar ayuda para caminar
- Empiezan a tener dificultad en el movimiento de los brazos de forma lentamente progresiva
- Pérdida del control esfinteriano
- Hormigueos, o dolores en distintas partes del cuerpo
- Síntomas cognitivos (afectación de la memoria y dificultades a la hora de organizar y planificar, sobre todo).

Aproximadamente un 10 por ciento de los pacientes comienzan con la enfermedad directamente de una forma progresiva. Los expertos explican que la edad media de inicio es de 40 años. Es decir, son pacientes que no tienen brotes y que van acumulando lentamente distintos síntomas. Todos ellos conducen a **discapacidad** desde el principio.

Noticia de Manuel J. Ruiz Berdejo López.

5 remedios naturales para conciliar el sueño, dormir mejor y sentirte descansado

Te contamos algunos de los remedios naturales más efectivos para dormir mejor por la noche y descansar el cuerpo y la mente

Leticia Alvarado Pastor — 10/06/2023 08:15 en Consumo y Bienestar



Remedios naturales para dormir mejor

PUBLICIDAD

- ▶ [¿Cómo ganar músculo en los brazos con mancuernas? 5 ejercicios para eliminar la flacidez](#)
- ▶ [Así puedes limpiar y eliminar las manchas negras de los utensilios de madera de la cocina](#)
- ▶ [Tiger tiene el producto estrella para ser un anfitrión perfecto con amigos](#)

El **insomnio** es un problema cada vez más común en la sociedad. Y es que el **estrés** y el ajetreo del día a día puede hacer que tu cuerpo no consiga **relajarse** adecuadamente durante la noche. Existen muchos [remedios caseros](#) que puedes probar para intentar **dormir** mejor. Pero lo más **recomendable** es que empieces por incluir estos **ingredientes naturales** a tu **rutina nocturna** antes de ir a la cama.

PUBLICIDAD

Dormir bien por la noche no solo te ayudará a sentir más energía durante el día, si no que también es una forma de prevenir la ansiedad y el estrés. De hecho, un estudio realizado por investigadores de la UC Berkeley (Estados Unidos) ha desvelado que el sueño profundo ayuda a calmar los estados de ansiedad.

Por ello, si tienes **insomnio** y no consigues **conciliar el sueño** por las noches, lo mejor es que pruebes a tomar **remedios caseros** preparados de forma **natural** que te ayuden a relajar cuerpo y mente.

PUBLICIDAD

→ [El yogur, el superalimento que no puede faltar en tu dieta](#)

5 remedios naturales para dormir mejor

Según un informe elaborado por la **Sociedad Española de Neurología**, en **España** más de **6 millones de adultos sufren insomnio** crónico. Algo que hace necesario concienciar a la población de los posibles remedios naturales que podemos adquirir en tiendas especializadas para mejorar el sueño.

Remedios naturales para dormir mejor

A continuación, te vamos a dar **5 opciones naturales** que podrás tomar sin problema a diario para dormir mejor durante toda la noche:

- **Magnesio:** Mantiene la relajación en la mente y tranquiliza el cuerpo.
- **Melatonina:** Una de las más comunes para tomar antes de dormir, y es que es un ingrediente natural que mejora la conciliación del sueño.
- **Lavanda:** Algunos estudios recomiendan tomar lavanda tengamos o no insomnio, ya que reduce la ansiedad de forma natural.
- **Valeriana:** Esta hierba natural es ideal para tomarla en infusión por las noches y conseguir dormir hasta la mañana.
- **Miel:** La miel se conoce por tener muchos beneficios para el cuerpo, y uno de ellos es mantenerlo calmado para dormir mejor.

Algunos de estos remedios naturales los puedes tomar en forma de infusión, algo que hará que consigas relajarte más por la noche. Las infusiones calientes hacen que el cerebro reduzca la ansiedad, y calman el estrés.

PUBLICIDAD

→ [IKEA tiene el sofá cama más práctico para pisos pequeños a buen precio](#)

¿Qué es la melatonina y por qué ayuda a conciliar el sueño?

Como hemos dicho antes, la **melatonina** es uno de los ingredientes naturales que ayudan a **dormir** mejor durante toda la noche. Según la web *Mayo Clinic*: «La producción y liberación de melatonina en el cerebro está relacionada con la hora del día. No obstante, esta disminuye con la edad».

Los estudios acerca de este problema han concluido que la melatonina es un buen **remedio natural** para ayudar a tratar el insomnio tanto en adultos como en niños. Además, han demostrado que reduce la cantidad de tiempo necesario para dormirse y adelanta el comienzo del sueño.

Por esta razón, si tienes problemas para **dormir por la noche**, lo mejor es que pruebes a tomar una cantidad adecuada de este compuesto. Y es que podrás encontrar este producto como suplemento, generalmente como tableta o cápsula oral a un precio asequible en las farmacias.

Temas: [remedios](#)

Información

[Sitemap](#)

[Quienes Somos](#)

[Buenas prácticas](#)

[Contacto](#)

[Aviso Legal](#)

[Política de privacidad y cookies](#)

[Mapa del sitio](#)

[OTIUM](#)

Actualidad

[Actualidad](#)

[Prestaciones y Empleo](#)

[Consumo y Bienestar](#)

[Sociedad](#)

[Deportes](#)

Discapacidad

[Discapacidad](#)

[Incapacidad Permanente](#)

[Accesibilidad](#)

[Subsidio](#)

[Pensión](#)

[Imserso](#)

HOLA!

Neuralgia de Arnold: todo lo que debes saber sobre este dolor agudo de cabeza



hola.com

mié, 7 de junio de 2023, 2:54 p. m. GMT+2 · 3 min de lectura



Los **dolores de cabeza** son uno de los motivos de consulta más frecuentes en medicina. Y lo son porque pueden llegar a ser muy incapacitantes, en función de su intensidad y frecuencia. Uno de ellos es la llamada neuralgia de Arnold, una afectación de uno de los nervios occipitales que se localizan en la parte posterior de la cabeza, bien del occipital mayor (o nervio de Arnold), el occipital menor o el tercer nervio occipital.

Lee también: [¿Dónde te duele? Los expertos nos aclaran si la zona ayuda a distinguir un dolor de cabeza de otro](#)

¿Cómo se manifiesta este problema de salud?

Tal y como explica el doctor **Pablo Irimia**, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología, se manifiesta en forma de **crisis de dolor agudo**, de segundos de duración, que se describe como una descarga en región occipital. “Con frecuencia, además de las crisis de dolor breve, las personas que lo sufren pueden tener dolor continuo en la misma localización y trastornos de sensibilidad en la región de los nervios occipitales”, apunta. Nos explica, además, que puede cursar en brotes con épocas de dolor y periodos de remisión. “**Las crisis típicas duran segundos**, como un calambre en la región occipital”, puntualiza el doctor.

Lee también: [Neuralgia del trigémino, todo sobre el conocido como 'el peor dolor del mundo'](#)

Diferencias con otros dolores de cabeza

Le planteamos al especialista en qué se diferencia de otros

MÁS POPULARES

¡Oh là là! Myrka Dellanos da en el blanco con este vestido veraniego en París



People EN ESPAÑOL · 2 min de lectura

Juan Collado, esposo de Yadhira Carrillo, es operado de emergencia



People EN ESPAÑOL · 2 min de lectura

Los cuadros vichy, tendencia que no pasa de moda: De Brigitte Bardot a Rosalía



EFE Latam · 3 min de lectura

Kathy Griffin cierra su dura batalla contra el cáncer con una operación en sus cuerdas vocales



BangShowbiz · 1 min de lectura

El estante ideal si ya intentaste todo para organizar tu alacena y siempre luce mal



Yahoo Compras · 3 min de lectura

Lee también: [Haz estos ejercicios de cuello en la oficina para relajar las cervicales](#)

¿Es un problema de salud que se puede prevenir?

Una de las dudas que nos surge es si estamos ante una dolencia que se puede prevenir. El especialista nos explica que hay que tener en cuenta que el nervio occipital mayor es una rama de la raíz cervical C2 y es especialmente vulnerable a la irritación, lesión o tracción en 2 puntos: en la columna cervical y al atravesar la región de los músculos del cuello, el músculo trapecio o el semiespinoso de la cabeza. Por eso,

[Continuar leyendo la historia](#)

Nuestro objetivo es crear un lugar seguro y atractivo para que los usuarios se conecten en relación con sus intereses. Para mejorar la experiencia de nuestra comunidad, suspenderemos temporalmente los comentarios en los artículos.

HISTORIAS MÁS RECIENTES



LA NACION

Con 43 años, una de las protagonistas de Jurassic Park se divierte recreando una icónica escena del

Áriadna Richards, una de las actrices que protagonizó el popular título de Steven Spielberg, se animó a filmar uno de los momentos más importantes de la primera entrega de la...

hace 7 minutos



Agencia México

Shakira rompe las redes al aparecer como "La Sirenita"

La nueva foto que compartió la cantante ha causado gran expectativa entre sus seguidores quienes esperan con ansias la colaboración entre la colombiana y Manuel Turizo.

hace 7 minutos



El Universal

Atala Sarmiento intentaría quitarse la vida tras sufrir extorsión por una foto íntima

CIUDAD DE MÉXICO, junio 9 (EL UNIVERSAL).- En una reciente declaración, la famosa reveló que ha recibido amenazas a través de las redes sociales, por segunda vez. Video: Agencia...

hace 13 minutos



El Universal